ချစ်စံဝင်း

လူငယ်များကမေးကြသည် (၂)



ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

ပြည်ထောင်စု မပြိုကွဲရေး	ဒို့အရေး
တိုင်းရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်မှု မပြိုကွဲရေး	ဒို့အရေး
အချုပ်အခြာအာဏာ တည်တံ့ ခိုင်မြဲရေး	ဒို့အရေး

■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

တပ်မတော်ဖြိုခွဲသူ ဒို့ရန်သူ။
တပ်မတော်ဖြိုခွဲမည့်အကြံ ဒို့လက်မခံ။
ဘယ်သူခွဲခွဲ ဒို့မကွဲ အမြဲ စည်းလုံးမည်။
နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ ပေါ်ပေါက်ရေးသည်
ပြည်ထောင်စုသားအားလုံး၏ ပဓာနကျသော တာဝန်ဖြစ်သည်။

■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

ပြည်သူ့သဘောထား

- ပြည်ပအားကိုး ပုဆိန်ရိုး အဆိုးမြင်ဝါဒီများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို နှောင့်ယှက်ဖျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော်၏ ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက် နှောင့်ယှက်သော ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- ပြည်တွင်းပြည်ပ အဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုန်းကြ။

ဖြန့်ချိရေး

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ
တိုက်-၉၊ အခန်း ၂၀၃-၂၀၄
ပုဇွန်တောင် ဥယျာဉ်အိမ်ရာ
ပုဇွန်တောင် စာတိုက်
ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း-၂၀၂၃၇၂၊ ၂၉၉၃၆၁

စာမူ ခွင့်ပြုချက် အမှတ်

၂၃၆/၂၀၀၁ (၃)

မျက်နှာဖုံး ခွင့်ပြုချက် အမှတ်

၃၅၅/၂၀၀၁ (၅)

မျက်နှာဖုံး ဒီဇိုင်း

နေလတ်

ထုတ်ဝေသည့် ကာလ

၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ၊ ပထမအကြိမ်

တန်ဖိုး

၄၀၀ ကျပ်

စောင်ရေ

၁၀၀၀

စာအုပ်ချုပ်

ကိုမြင့်

အတွင်းသား ပုံနှိပ်

ပွင့်ဦးပုံနှိပ်တိုက် (၀၂၉၃၄)

ဒေါ်နွဲ့နွဲ့ရီ အမှတ်(၆၅)၊ ၁၃ လမ်း

မျက်နှာဖုံး ပုံနှိပ်

ကျောက်စိမ်းပုံနှိပ်တိုက် (၀၂၉၃၄)

ဦးကျော်စိန်၊ ၁၇၁၊ ၃၃ လမ်း

ထုတ်ဝေသူ

ဒေါ်မော်မော်၊ ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ (၀၂၀၃၇)

တိုက် ၂၃၃/၁၄၊ ရန်ကုန်။

ဆရာချစ်စံဝင်း၏ (၈၃)အုပ်မြောက်စာအုပ်

လူငယ်များက မေးကြသည်
အမှတ်(၂)

ချစ်စံဝင်း

မာတိကာ

အဖေဟာ မမြမေဆိုတဲ့မိန်းမနဲ့ လက်ထပ်တော့မယ်တဲ့။ အဲဒီမိန်းမမှာ ကလေးနှစ်ယောက်လည်း ပါတော့ ကျွန်မ ဘယ်လိုစခန်းသွားရပါ့မလဲ!

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ ကျွန်မ အဖေဟာ မမြမေဆိုတဲ့ မိန်းမနဲ့ လက်ထပ် တဲ့နေ့ဟာ ကျွန်မဘဝ ဒုတိယအကြိမ် ပျက်သုဉ်းရပြန် တာပါပဲ။ ကျွန်မအဖေကိုလည်း ဒေါသထွက်တယ်။ ဒီလုပ်ရပ်က ဘဝတစ်ပါးကို ပြောင်းသွားတဲ့ အမေ့အပေါ်မှာ သစ္စာမဲ့တဲ့ လုပ်ရပ် တစ်ခုလို့ ကျွန်မ ထင်တယ်။ နောက်ပြီး ဒီ မမြမေဆိုတဲ့မိန်းမမှာ ကလေးနှစ်ယောက်က ပါလာသေးတယ်။ ဒီကလေးနှစ်ယောက်က လည်း ကျွန်မအိမ်မှာ လာနေကြမှာတဲ့ရှင်။ ကျွန်မ ဘယ်လိုစခန်းဆက် သွားရပါ့မလဲ။

(ခင်ဝင့်သူ–မြင်ကြီးနား)

ဖြေ ။ ။ မိဘတစ်ဦး နောက်အိမ်ထောင် ပြုတဲ့အခါမှာ ဒေါသ မလုံခြုံမှု၊ သဝန်တိုမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်စမြဲပါပဲ။ မိဘတစ်ဦးဦးက ကွယ်လွန်ခဲ့တာ ဆိုရင်လည်း ကွယ်လွန်တဲ့အမိ၊ သို့မဟုတ် အဖ အပေါ်မှာ အသက်ရှင်ကျန်ရစ်သူရဲ့ သစ္စာဖောက်မှုလို့ သားသမီးတွေက ယုံကြည်တတ်ကြတာပဲ။ ဒါမှမဟုတ် အမေနဲ့အဖေ

ကွဲနေစဉ် လက်ထပ်တာ ဆိုရင်တော့ ဒီဖြစ်ရပ်ဟာ မိမိရဲ့ဖခင်နဲ့ မိခင် ပြန်ပေါင်းရေးအတွက် မျှော်တွေးထားတဲ့ သင့်အတွက် အတွေးတွေ ပျက်သုဉ်းရတဲ့နေ့ပေါ့ကွယ်။

ချစ်တဲ့မိဘတစ်ဦး သေဆုံးကွယ်လွန်တာကမှ မကြာသေးဘူး။ ကျန်မိဘက နောက်အိမ်ထောင်ပြုလျှင် ပိုပြီး နာကြည်းစရာဖြစ်ရတာ အမှန်ပါပဲ။ အဲဒီလိုကြုံရတဲ့ ကလေးတစ်ဦးက ဘာပြောလဲဆိုရင် "ကျွန်မဟာလေ ကွယ်လွန်သွားတဲ့အမေကို တိုင်တည်ပြီး ညပေါင်းများစွာ ငိုခဲ့ရတယ်"ဟု ဆိုပါသည်။ ဒီကြားထဲ အဖေကလည်း သူ့နောက်မိန်းမနဲ့ တည့်အောင်နေစေချင်တာက ရှိသေးတယ်ဟု ဆို၏။ အဲဒီမိန်းကလေးက "ကျွန်မဟာ ကျွန်မ မိထွေးကို စိမ်းစိမ်းကားကား ဆက်ဆံဖို့ကလွဲပြီး အခြား ရွေးစရာ ဘာလမ်းမှလည်း မရှိဘူး။ ရှိခဲ့ရင်လည်း တမလွန်က အမေက ဘယ်လိုများ ကြည်ဖြူနိုင်ပါ့မလဲရှင်"ဟု ဆိုပါသည်။

လူငယ်တစ်ဦးကဆိုလျှင် "ကျွန်တော့်အမေ နောက်အိမ်ထောင်ပြုတဲ့နေ့က စပြီး ကျွန်တော့်ရဲ့ရည်မှန်းချက်ဟာ အမေ့နောက်အိမ်ထောင်ကို ဖြိုခွဲပစ်ဖို့ကလွဲပြီး တခြား ဘာမှ ရည်မှန်းမထားတော့ဘူး"ဟု ဆိုပါ၏။ မိန်းကလေးတစ်ဦးကမူ "အဖေ့နောက်ဇနီးဟာ အမေ့နေရာကို လုတာ"ဟု ဆိုခဲ့ပါ၏။

မိဘတစ်ဦးဦး နောက်အိမ်ထောင်ပြုပါက သားသမီးများသည် မိမိတို့၏ဒေါသ၊ မနာလို ၊နှင့် နာကြည်းမှုတို့ကို အပျက်သဘောအဖျက်လမ်းစဉ်ဖြင့်သာ ဖြေရှင်း ရင်ဆိုင်တတ်ကြသည်ကို အပြစ်မဆိုသာပါ။ သို့သော် ထိုကိစ္စကို အပျက်လမ်းစဉ်ဖြင့် ဖြေရှင်းသမျှ

အမြဲ အပျက်တွေသာဖြစ်နေပြီး မိထွေး သို့မဟုတ် ပထွေးသာ ပျက်စီးရသည်မဟုတ်။ မိမိရော မိမိဘက်မှ မိဘများပါ ပျက်စီးရသည်ကို သိရှိထားရန် လိုအပ်ပါ၏။

တစ်ခါက သမီးတစ်ယောက်သည် မိထွေးဖြစ်သူအား စနစ်တကျ တိုက်ခိုက်ခဲ့ရာ နောက်ဆုံး မိထွေးက သူ့ဖခင်ဖြစ်သူအား "သမီးကို ဖြစ်စေ၊ မိမိကိုဖြစ်စေ တစ်ဦးဦးကို ရွေးပါတော့"ဟု တောင်းဆိုလာသောအခါ ထိုမိန်းကလေးသည် အမေနှင့်ပြောင်းနေရသောဘဝသို့ ရောက်ခဲ့ရကာ မိမိ၏မိခင်ကလည်း နောက်အိမ်ထောင်ပြုမှုနှင့် ကြုံခဲ့ရ၏။

ဤကိစ္စသည် အပျက်သဘောသက်သက်ဖြင့် မစဉ်းစားအပ်သော အရာ ဖြစ်၏။ အပြုသဘောဖြင့် စဉ်းစားအပ်သောအရာ ဖြစ်၏။ မိထွေး၊ ပထွေးတိုင်း မကောင်းဟုလည်း မဆိုအပ်။ ကောင်းသော ပထွေး၊ မိထွေးများလည်း ရှိသည်။ နောက်အိမ်ထောင်ပြုသည့်အတွက် မိဘများကိုလည်း အပြစ်မဆိုသာ။ ဘဝဆိုသည်က အကွေ့အကောက်များလှပေရာ နောက်အိမ်ထောင်ပြုမှုသည် မိဘတို့၏ ဘဝတစ်ကွေ့လည်းဖြစ်ရာ မိဘတို့၏ ဘဝအကွေ့တွင် မိမိကလည်း ကူညီသူ၊ ရိုင်းပင်းသူအဖြစ် ပါဝင်ဖို့ လိုပါသည်။

မိဘများ နောက်အိမ်ထောင်ပြုမှု ပြဿနာကို အောင်မြင်စွာ ရင်ဆိုင်နိုင်သော လျှို့ဝှက်ချက်သည် ရှိပြီးဖြစ်ပါ၏။ ထိုလျှို့ဝှက်ချက်သည် မေတ္တာပင်ဖြစ်သည်။ မေတ္တာ၏သဘောမှာ ကိုယ်ကောင်းစားရေးထက် သူကောင်းစားရေးကို ကြည့်ခြင်းသည် မေတ္တာဖြစ်၏။ အချို့ကိစ္စများတွင် မိဘ၏ကောင်းစားရေးကို ကြည့်ပါ။ မိဘ ပျော်ရွှင်ကြည်နူးနေသည်ကို ဝမ်းမြောက်ပါ။ မိမိ အနစ်နာခံသင့်က ခံပါဟု

သာ ဆိုရမည်ဖြစ်ပါ၏။ သို့သော် ထိုအနစ်နာခံမှုအတွက် သဘာဝ တရားသည် ဘယ်သောအခါမှ လျစ်လျူရှု၍ မနေပါ။ ထိုအနစ်နာခံ မှု၏ ကောင်းချီးပေးမှုကို မလွဲမသွေ ခံစားရမည်သာ ဖြစ်ပါ၏။

မိဘများ နောက်အိမ်ထောင်ပြုမှုကို ကန့်ကွက်သည့်အထဲတွင် အဖေက၊ အမေက မိမိအပေါ် ချစ်မြတ်နိုးမှုတွေ လျော့သွားလေမလား ဟု စိုးရိမ်ပူပန်သောကြောင့် မလိုလားခြင်းလည်း ပါ၏။ မေတ္တာ၏ သဘောသည် ဘယ်သောအခါမျှ ကုန်ခန်းသည်ဟူ၍မရှိ။ မေတ္တာဆို သည်မှာ ဆုတ်ယုတ်သောအရာမဟုတ်။ တိုးပွား များပြားတတ်သော အရာသာ ဖြစ်ပါ၏။ မေတ္တာတရားသည် အရာရာကို သည်းခံနိုင် သောအစွမ်းလည်း ရှိသည်။ မိခင်က နောက်အိမ်ထောင်ပြုသော ကြောင့် သမီးဖြစ်သူက အိမ်မှထွက်ပြေးခဲ့ရာ ပထွေးနှင့် နေရသည် ထက် ဆိုးဝါးစက်ဆုပ်သောဖြစ်ရပ်များနှင့် ကြုံခဲ့ရသော မိန်းကလေး တစ်ယောက်၏ အဖြစ်အပျက်ကလည်း ရှိသည်။ မိမိ မလိုလားသော အခြေအနေ အမှန်ပင်ဖြစ်သော်လည်း မလွှဲမရှောင်သာသည့်ကိစ္စတွင် သည်းခံခြင်းသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ သည်းခံပါက တစ်ချိန် က ပြင်းထန်စွာဝမ်းနည်းမှု၊ ကြေကွဲမှုများ၊ စိတ်ထွေမှု၊ နာကြည်းမှု သည်လည်း ပျောက်ပျက်သွားတတ်၏။

မိဘများ အိမ်ထောင်ပြုပြီးပါက မိထွေး၊ ပထွေးက ဆိုဆုံးမလျှင် "အသာနေစမ်းပါဗျာ၊ ခင်ဗျားကြီး ကျွန်တော့်အဖေအရင်း၊ အမေ အရင်း မဟုတ်ဘူး"ဟု ပြန်ဟောက်ချင်ကြသည်။ ဤကိစ္စတွင်လည်း ပထွေး၊ မိထွေး၏ ဆုံးမခွင့်အာဏာကို လက်ခံပါဟုသာ တိုက်တွန်း လိုပါ၏။ သူတို့က ကောင်းသောဆိုဆုံးမသည်ကို လက်ခံပါ။ ဘယ်

ဟာက ကောင်းတာ၊ မကောင်းတာဆိုတာ သင် ခွဲခြားသိနိုင်၏။ ပထွေးနှင့် မိထွေးများကလည်း လူကြီးပီသဖို့ လိုသည်မှာ အမှန်ဖြစ်ပါ၏။ တစ်ဖက် ပထွေးနှင့် မိထွေးမှလည်း သားသမီးများ ပါလာတတ်ရာ ၎င်းတို့နှင့် မျှဝေခံစားတတ်ရန်လည်း ကြိုးစားဖို့လိုသည်မှာ အမှန်ဖြစ်ပါ၏။ "အမေ နောက်ယောကျ်ားယူတာဟာ ကျွန်မဘုံပျောက်တာပဲ"ဆိုကြ၏။ မှန်ပါ၏။ သင် သမီးဖြစ်ခဲ့ပါက သင့်အမေနှင့် ညီအစ်မလို အတူအိပ်ခဲ့ရသောနေရာမှ သင် ဖယ်ပေးရတော့မည်မဟုတ်ပါလော။ သည်းခံပါ။ လိုက်လျောစွာနေထိုင်ပါဟူ၍သာ ထပ်မံတိုက်တွန်းရမည် ဖြစ်ပါ၏။ လျှော့တတ်ပါစေ၊ အလျှော့ပေးပါ။ အေးအတူပူအမျှ ဝေမျှနေထိုင်တတ်ပါစေ။

မိမိသာမဟုတ်၊ တစ်ဖက်မှ မိခြားဖခြား ညီအစ်ကို မောင်နှမများကလည်း သင်နှင့် အံဝင်ခွင်ကျဖို့ ကြိုးစားကြရသူများ ဖြစ်ပါ၏။ သူတို့သည်လည်း သင်နှင့် ဘဝတူများ ဖြစ်ကြပါ၏။ မောင်နှမအရင်းများပင်လျှင် မညီမညွတ် ရှိတတ်ပါ၏။

ဦး ထပ်ခါတလဲလဲ ပြောဆိုလိုတာကတော့ အဆိုးကို အကောင်းဖြင့် အောင်နိုင်ပါ။ သည်းခံတတ်သူသည် မာနကြီးသူထက် သာ၍ကောင်း၏။ မိဘကို ရိုသေရမည်။ မိဘဟာ ဘုရားနှင့်တစ်ဂိုဏ်းတည်းဆိုတဲ့နေရာမှာ မိထွေး၊ ပထွေးကိုလည်း မိဘအရာ ထားနိုင်အောင်ကြိုးစားပါ။ ထိုသို့ထားနိုင်ခြင်းသည် သင်၏အောင်ပွဲသာ ဖြစ်ပါမည်။

ပထွေးနှင့်သင့်လျော်အောင်နေဖြစ်တဲ့ လူငယ်တစ်ဦးက "ကျွန်တော့်ဘဝက မထူးဘူး။ သူနဲ့ ပြေလည်ရင် ကျွန်တော့်ဘဝ ပိုကောင်းတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော့်ပထွေးလုပ်တဲ့အလုပ်အပေါ် ကျွန်တော်

စိတ်ဝင်စားကြည့်တယ်။ သူ့အလုပ်ကို ဝင်ကူလုပ်တယ်။ အတူ အလုပ်လုပ်ရင်း သူနဲ့ စကားတွေဖောင်ဖွဲ့လောက်အောင် ပြောဖြစ်ရာက သေသွားတဲ့ ကျွန်တော့်အဖေ အစားပြန်ရခဲ့တယ်ဆိုရင် ယုံမလားဗျာ”ဟု ဆိုပါ၏။ မိထွေးနဲ့ ပြေလည်ခဲ့တဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ကတော့ “ကျွန်မ မိထွေးကို ကျွန်မ လေ့လာတယ်။ အတွင်းကျကျသိအောင် လေ့လာတယ်။ သူ့ကို ကျွန်မ ရုပ်ရှင်ကြည့်ဖို့ ခေါ်တယ်။ သူကြိုက်တဲ့နှင်းဆီပန်း ပန်းရောင်တွေ ဝယ်ပြီးလည်း ပေးလိုက်ရောဟို...ကျွန်မ...မဟုတ်ပါဘူး။ အမေ ...မဟုတ်ပါဘူး။ အစ်မ...ပန်းရောင်နှင်းဆီတွေကြိုက်တာ သမီး ဘယ်လိုလုပ်သိလဲလို့ အယောင်ယောင်အမှားမှားနဲ့ ပြောရာက ကျွန်မလေ ဆုံးသွားတဲ့အမေကို ပြန်ရရုံသာမကဘူး။ အစ်မတစ်ယောက်လည်း အဆစ်ရခဲ့ပါတယ်”ဟု ဆိုပါသည်။

ဦးကိုယ်တိုင်ဟာ ပထွေးရဲ့အဆုံးအမနဲ့ ပညာတတ်ခဲ့ရတဲ့သူပါ။ မခင်ဝင်းသူရဲ့စိတ်ကို လျှော့ချပါ။ သည်းခံပါ။ မလွဲသာတဲ့အခြေအနေမှာ သည်းခံပါ။ သမီး မိထွေးနဲ့ ပြေလည်အောင်နေကြည့်ပါလို့ အကြံပေးလိုပါသည်။

■

ဘဝကပေးတဲ့ ရုပ်ရည်ကို ကျေကျေနပ်နပ် လက်ခံပါ။ ရုပ်ဆင်းရူပကာ နှစ်လိုဖွယ်ရာ ဖြစ်ဖို့အတွက် ပြုပြင်လို့ရတယ်။ ရုပ်ရှင်မင်းသမီး လုပ်ဖို့ မရည်ရွယ်ဘူးဆိုရင် ဘယ်သူမဆို ရှက်ကြမ်းရေကျို လှနေရင် ဘဝမှာ လုံလောက်ပါတယ်။ သိပ်ချော သိပ်လှနေရင်လည်း အန္တရာယ်ရှိတယ်။

မေး ။ ။ ကျွန်မဟာ အရုပ်ဆိုးနေတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ရွက်ကြမ်းရေကျိုပဲ ဆိုပါတော့။ ဒါပေမယ့် ကျွန်မ ရုပ်ရည်ကို ကျွန်မ မကြိုက်ဘူး။ ဒီထက်လှပသူတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တယ်။ ကျွန်မရဲ့ မျက်နှာ၊ ဆံပင်၊ ကိုယ်အချိုးအစား၊ ကိုယ်လုံးကိုယ်ပေါက်တွေကို ပိုပြီး ပြေပြစ်စေချင်တယ်။ အဲဒါ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။

ဖြေ ။ ။ ပဲခူးသူဆိုတာ အချောတွေချည်းပဲ။ ချောလို့ ပဲခူးသူဖြစ်နေမှ ထွေးထွေး ဘာပြုလို့ ကိုယ့်ရုပ်ကိုယ့်ရည်ကို စိတ်တိုင်းမကျ ဖြစ်နေရတာလဲ။ တလောက ဦးတို့ ပဲခူးမြို့ အ-ထ-က(၁) အနှစ်(၁၀၀)ပြည့်မဂ္ဂဇင်းအတွက် အ-ထ-က(၁) ကျောင်းသူလေးတွေကို ဓာတ်ပုံသွားရိုက်တယ်။ စာသင်ခန်းထဲမှာတော့ သူလိုကိုယ်လိုပဲ ရွေးရခက်လိုက်တာ။ ဒါပေမယ့် မျက်မှန်းနဲ့ ကျောင်းသူဆယ့်ငါးယောက်လောက်ကို ထုတ်ပြီး မိတ်ကပ်တွေဘာတွေတင်ပြီး ဓာတ်ပုံရိုက်လိုက်တော့ ဆယ့်ငါးယောက်စလုံး အချောတွေဖြစ်နေတယ်။

ရုပ်ဆင်းရူပကာ နှစ်လိုဖွယ်ရာဖြစ်ဖို့ဆိုတဲ့နေရာမှာ ပြုပြင်တာတို့၊ ချစ်စဖွယ်မျက်နှာပေး ထားတတ်တာတို့၊ ပြင်တတ်ဆင်တတ်တာတို့၊ ချစ်ဖွယ် ပြောဆိုတတ်တာတို့လည်း ပါတယ်။ တကယ်ပြောရရင် လူငယ်တိုင်းဟာ မိမိတို့ရဲ့ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါကို မိမိတို့ လုံးလုံးလျားလျား ကျေနပ်သူ အလွန်မှရှားပါတယ် သမီးရယ်။ ကလေးမလေးတစ်ဦးက ဆိုရင် "ကျွန်မကိုယ်လုံးကို ကျွန်မ မကြိုက်ဘူး။ ကျွန်မကိုယ်ကျွန်မ လှတယ်လို့ကို မထင်ဘူး" လို့ပြောတာ ကြားဖူးပါတယ်။ လူငယ်တစ်ယောက်ကလည်း "ကျွန်တော့်ဆံပင်ကို ကျွန်တော် မကြိုက်ဘူး။ အနောက်ဘက်က ထိုးထိုးထောင်ထောင်" နဲ့လို့ ပြောဖူးပါတယ်။

ခုခေတ်ကာလမှာ တော်ရုံတန်ရုံ မပြေပြစ်တာတွေကို အားလုံး ပြုပြင်လို့ရပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေး နေ့စဉ် လုပ်ရုံနဲ့ ငယ်ရွယ်တဲ့သူတွေဟာ ငယ်ဂုဏ်နဲ့ လှလာကြတယ်။ ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေးလုပ်သူတွေဟာ ကျန်းမာလာတယ်။ ကျန်းမာလာတော့ ရုပ်ရည်က ရွှင်လန်းလာတယ်။ အမြဲသွက်လက်နေတယ်။ အသားအရည်ချောမွတ်ပြီး ကိုယ်အချိုးအစား ပြေပြစ်လာတတ်လို့ ပထမဆုံး ဦး အကြံပေးချင်တာက သမီးရဲ့ ရုပ်ရည်ရူပကာ ပိုမိုပြေပြစ်လာဖို့အတွက် နေ့စဉ် ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေးလုပ်ပါ။ အားကစားတစ်ခုခု လုပ်ပါ။ သို့မဟုတ် နေ့စဉ် ကြိုးခုန်ပါ။ ထိုင်ချည် ထချည်လုပ်ပါ။ ထိုင်ထလုပ်ပါလို့ အကြံပေးချင်ပါတယ်။ အဲသလို ခြောက်လလောက် လုပ်ရင် သမီးရဲ့ရုပ်ရည်ဟာ သိသိသာသာ ပြောင်းလဲလာမှာ အမှန်ပါ။

နောက်တစ်ခု ဦးပြောချင်တာ သမီးရဲ့ရုပ်ရည်ဟာ မလှတာ မဟုတ်ဘူး။ သမီးရဲ့ရုပ်ရည်ဟာ လှပြီးသားပဲ။ ဒါပေမယ့် သမီးရဲ့

ရုပ်ရည် မလှဘူးလို့ ထင်နေတာက သမီးက တီဗွီတို့ ဗွီဒီယိုတို့ထဲက၊ ဗွီဒီယိုကြော်ငြာထဲက ရုပ်ရှင်မင်းသမီးတွေ၊ စံပြမယ်တွေနဲ့ သမီးကိုယ် သမီး နှိုင်းယှဉ်ပြီး သမီး မလှဘူးလို့ ထင်နေတာ။ တကယ်တော့ သူတို့လည်းပဲ ရွက်ကြမ်းရေကျိုတွေပါပဲ။ ပြင်ဆင်ထားကြ၊ အလှပြင် ပစ္စည်းမျိုးစုံကို သုံးထားကြလို့ပါ။

သမီးရေ...သမီးကသာ သမီးရဲ့ရုပ်ရည်ကို မကျေနပ်နေတာကိုး။ သမီးရဲ့ရုပ်ရည်ကို အားကျနေတဲ့သူတွေကလည်း ဘယ်လောက်ရှိနေ မှန်းမှ မသိတာ။ မိမိရုပ်ရည်ကို မိမိကြည့်ရာမှာ အပြုသဘောအမိုပ္ပာယ် နဲ့ ကြည့်ဖို့တော့ လိုပါတယ်။ တစ်ခုကတော့ လှငယ်တွေ ကိုယ့်ရုပ် အဆင်းကြောင့် စိတ်မချမ်းသာဖြစ်ကြရာမှာ မိမိရဲ့ကိုယ်အင်္ဂါ ချို့ယွင်း နေလို့ မဟုတ်ကြပါဘူး။ အတန်းထဲမှာ အချိုးအဆစ်သွယ်လျလျ မိန်းကလေးတစ်ဦးက ငါသာ နည်းနည်းဝရင် ကောင်းမှာပဲလို့ဆိုကာ လက်မှိုင်ချနေချိန်မှာ အသားအရည်ပြည့်ဖြိုးသော မိန်းကလေးတစ် ယောက်ကလည်း ငါ ဝနေတယ်လို့ ညည်းနေတတ်တာမျိုး ဖြစ်တတ် ပါတယ်။

နောက်တစ်ခုက ရုပ်ရည်ဟာ အပြင်ပန်း အရေးကြီးသလို စိတ် ထားကလည်း အရေးကြီးပါတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲ ရုပ်ရည်က လှနေ ပါစေ၊ စိတ်ထားက မကောင်းရင်၊ အူတိုရင်၊ မနာလိုရင်၊ စိတ်ပုပ်ရင် ရုပ်လည်း ပုပ်သွားတတ်လို့ ရုပ်ရည်အဆင်းရူပကာ လှလိုသူတိုင်း စိတ်လည်းလှဖို့ လိုပါတယ်။ ကမ္ဘာ့အလှမယ် ရွေးရာမှာ ရုပ်ရည်၊ ကိုယ်ကာယ အချိုးအဆစ်တင်မကဘူး။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းပြီး စိတ်ဓာတ် လှပမှုကိုပါ အမှတ်ပေးရွေးချယ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ယောကျ်ားလေးဖြစ်စေ၊ မိန်းကလေးဖြစ်စေ အဝတ်အထည် ရွေးဝတ်တတ်ရင်လည်း ရုပ်ရည်ရူပကာကို များစွာ အထောက်အကူ ဖြစ်စေပါတယ်။ ဒါကြောင့် မိမိအသားအရည်၊ မိမိအချိုးအစားနဲ့ လိုက်လျောညီထွေစေမယ့်၊ ကျက်သရေတိုးစေမယ့် ဝတ်စားဆင်ယင်မှု ကို ရွေးချယ်ဝတ်ဆင်ဖို့လည်း လိုပါတယ်။ အဝတ်အစားဝတ်ရာမှာ အစင်းကြောင်းများကို အထူးသတိပြုဖို့ လိုပါတယ်။ ဒေါင်လိုက် အစင်းများဟာ လူကို သေးသွယ်တယ်လို့ အထင်ရောက်စေပြီး အလျားလိုက်အစင်းများကတော့ ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်ပါတယ်။ မည်သူ မဆို မွေးရာပါအလှ မရှိသည့်တိုင် လုံ့လ၊ ဝီရိယနဲ့ စိတ်ကူးကို သုံးကြည့်လျှင် လူတိုင်း ကြည့်ပျော်ရှုပျော် ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ဆံပင်ပုံစံကလည်း အရေးကြီးပါတယ်။ သမီးနဲ့ လိုက်လျော ညီထွေဖြစ်တဲ့ ဆံပင်ပုံစံကို ရွေးဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

နောက်တစ်ခု စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတာက သမ္မာကျမ်းစာ ထဲမှာ တစ်ခါက ဘုရားသခင်ဟာ ကိုယ်လုံးကိုယ်ထည် ကျားကျား လျားလျားရှိတဲ့ လျောဘဆိုတဲ့သူကို ဘုရင်အဖြစ်မရွေးဘဲ ပယ်ချတော် မူခဲ့တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဘုရားသခင်ဟာ တရားစီရင်တော်မူရာမှာ ရုပ်ရည်ကို တရားစီရင်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ လူသားရဲ့ စိတ်နေသဘောထား ကိုသာ တရားစီရင်တော်မူခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝမှာ ရုပ်ရည်အတွက် သမီး သိပ်စိတ်မပူပါနဲ့။ ရွက်ကြမ်းရေကျိုရှိလျှင် တော်ပါပြီ။ သိပ်လှ နေရင်လည်း ဘဝမှာ အင်မတန်မှ အန္တရာယ်ကြီးလှပါတယ်။

အလှအပ ဆိုတဲ့နေရာမှာ အရည်အသွေးကလည်း အလှအပ တစ်ပါးပါပဲ။ ကိုယ်က စာတော်မယ်၊ ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး ထက် မြက်မယ်၊ တွေးတောဆင်ခြင်တတ်မယ်၊ ဗဟုသုတကြွယ်ဝမယ်၊

စာတွေဖတ်ထားမယ် ဆိုရင်လည်း ကိုယ့်ဘေးမှာ ကိုယ့်ကို ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံချင်တဲ့လူတွေ ဝိုင်းဝိုင်းလည်နေမှာပါ။

ဒါကြောင့် သမီးဟာ ကျန်းမာရေးလေ့ကျင့်ပါ။ ကျန်းမာရေး လိုက်စားပါ။ အသီးအရွက် အာဟာရ မျှတအောင်စားပါ။ အဝတ် အစား ရွေးချယ်ဝတ်တတ်ပြီး အပြောအဆို၊ အမူအရာ၊ အနေအထိုင် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့မှု ရှိပါစေ။ ဣန္ဒြေရှိပါ။ အရှက်အကြောက်ရှိပါ။ စာကြိုးစားပါ။ စာဖတ်ပါ။ ဗဟုသုတ ကြွယ်ဝပါစေ။ လူကြီးမိဘ စကား နားထောင်ပါလို့ မှာကြားလိုပါတယ်။ အဲသည်လောက်ဆိုရင် သမီးဟာ တကယ့်မိန်းမချောတစ်ယောက်ထက် ကျော်လွန်တဲ့ အရည် အသွေးတွေ ရရှိလာရုံသာမကဘူး။ သမီးရဲ့မိဘများကလည်း မွေးရ ကျိုးနပ်တဲ့ သမီးလေးတစ်ယောက် ရရှိလာမှာပါ။

ဒါ့အပြင် ထပ်ပြောလိုတာကတော့ ဘုရားသခင် ဖန်ဆင်းတော်မူ တဲ့ မိန်းမသားတွေထဲမှာ ဒီနေ့အထိ ယောကျ်ားတစ်ယောက်ယောက် မမြတ်နိုးချင်လောက်အောင် အရုပ်ဆိုးတဲ့မိန်းမသား တစ်ယောက်မှ မပါသေးဘူးလို့ဆိုတာ ယုံပါ သမီးရယ်။

■

ကျွန်ုပ်တို့၏ နှလုံးသားသည် စဉ်းလဲ၍ လှည့်စား
တတ်သည်။ နှလုံးသားသက်သက်ကို ကိုးစား
သူသည် လူမိုက်ဖြစ်၏။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ ကျွန်မမှာ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက် ရှိတယ်။ သူနဲ့ ကျွန်မ အင်မတန်ခင်ကြတယ်။ တစ်ခါတလေ ကျွန်မ သူ့အိမ်မှာ စာသွားကျက်သလို တစ်ခါတလေ ကျွန်မအိမ်ကို သူ လာပြီး စာကျက်တယ်။ ကျွန်မတို့ဟာ သမီးရည်းစား မဟုတ်ကြပါဘူး။ ကျွန်မတို့ဟာ ဒီလို သူငယ်ချင်းလိုပဲ ချစ်သွားလို့ရလား! ဒါမှမဟုတ်ရင် ကျွန်မတို့စိတ်ထားတွေ ပြောင်းလဲသွားနိုင်လား။

မတင်တင်နွယ်(အောင်လံ)

ဖြေ ။ ။ ယောက်ျားလေးနဲ့ မိန်းကလေး တဏှာရာဂ မပါဘဲ သူငယ်ချင်းလိုချစ်ကြတာတွေ ရှိပါတယ်။ တစ်ခါတလေ ရုပ်ရှင်တို့ ဇာတ်လမ်းတို့ထဲမှာလည်း ပြလေ့ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီသူငယ်ချင်း နှစ်ယောက်ထဲက တစ်ယောက်ဟာ အခြားတစ်ယောက်ကို ၁၅၀၀ အချစ်နဲ့ ချစ်မိပြီဆိုရင် သူတို့နှစ်ယောက်ရဲ့ သူငယ်ချင်းအချစ်ဟာလည်း ယောက်ျားလေးနဲ့ မိန်းကလေးဟာ သူငယ်ချင်းလိုတော့ ချစ်လို့ရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လိင်မတူတဲ့ လူငယ်

နှစ်ဦး ခင်မင်ကြတဲ့ တဏှာမဲ့အချစ် ဆိုတာဟာ တကယ်တော့ မလှုံမလဲ အရေခြုံထားတဲ့ ရာဂမေတ္တာသာ ဖြစ်တယ်လို့ စာအုပ် တစ်အုပ်ထဲမှာ ဆိုထားပါတယ်။ ဆက်ပြီးဆိုထားတာက အဲဒီမေတ္တာ မျိုးဟာ ကတိဝန်ခံချက်မပါဘဲ တစ်ဖက်သားရဲ့ ကြင်နာမှု၊ ယုယမှုကို ရယူသည့်နည်းတစ်နည်းသာဖြစ်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီမေတ္တာဟာ ခံစားချက် တစ်စုံတရာ သို့မဟုတ်၊ ဆိတ်ကွယ်ရာ သို့မဟုတ်၊ လူ လစ်ရာမှာ အချိန်မရွေး လွယ်လင့်တကူ ဖောက်ပြန် ပြောင်းလဲတတ် လို့ အထူးသတိရှိရမယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဆရာမတစ်ဦးက အသက် မတိမ်းမယိမ်း တစ်ရပ်တည်းနေ ယောကျ်ားလေးတစ်ဦးကို စာသင်ပေး ရာက အိမ်ထောင်ကျသွားရတဲ့အဖြစ်အပျက်မျိုးတွေ ရှိပါတယ်။ ဒီလိုပဲ အစ်မနဲ့ မောင်လေး ဇာတ်တွေဟာလည်း လိင်မတူတဲ့သူချင်း နီးနီး စပ်စပ်နေရာက ဖြစ်သွားရတဲ့ ဇာတ်လမ်းတွေပါ။

အဲသည်လိုဇာတ်လမ်းတွေရှိတော့ ဘာတွေဖြစ်နိုင်သလဲလို့ မေးခွန်း မေးဖွယ်ရာ ရှိပါတယ်။ တစ်နာရီ ဆယ်မိုင်နှုန်းနဲ့ ညင်ညင်သာသာ သွားနေတဲ့ ကားတစ်စင်းဟာ ဆိုင်းမဆင့်ဗုံမဆင့် တစ်နာရီ မိုင်တစ်ရာ နှုန်းနဲ့ ပြောင်းသွားရင် ဘာတွေဖြစ်မလဲ။ ကားဟာ မှောက်သွားနိုင် တယ်။ ကားပေါ်ကလူတွေ ဗြုန်းခနဲ ထိန်းမရသိမ်းမရ ကတိမ်းကပါး ဖြစ်သွားမှာ အမှန်ပါ။ နှစ်ယောက်တည်း တွေ့ဖန်များလာတဲ့အခါ သူငယ်ချင်းလိုမနေနိုင်တဲ့စိတ်တွေ ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ နှစ်ယောက် တည်း တွေ့ပါများတဲ့အခါ ဆက်ဆံရေးတွေဟာလည်း နက်ရှိုင်းသည် ထက် နက်ရှိုင်းလာရာက သူတို့အကြား အထူးခံစားချက်တွေလည်း ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။

ပန်းပျိုးတစ်ရာ စာပေ

သမီးရည်းစားဆက်ဆံရေးက တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ၁၅၀၀ အချစ်နဲ့ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းချစ်ကြတာ။ ဒါက ရှင်းပါတယ်။ အခုဟာက ပထမတော့ သူငယ်ချင်းလိုပဲ၊ နောက် ရင်းနှီးလာလွန်းတော့ မိမိတို့ရဲ့ ရင်ထဲမှာ ၁၅၀၀ အချစ်နဲ့ ပြောင်းချစ်ကြတာကို သူငယ်ချင်းလိုချစ်တာပဲလို့ လှည့်စားမှုဖြစ်တဲ့အတွက် မဖြစ်ပွားသင့်တာတွေ ဗြုန်းခနဲ ဖြစ်ပွားတတ်ပါတယ်။ စိတ်မချုပ်တည်းနိုင်တာတွေ ဖြစ်တတ်တော့ ဘဝမှာ အိမ်ထောင်ပြုဖို့၊ အိမ်ထောင်ကျဖို့ကလည်း အဆင်သင့်မဖြစ်သေးဘဲ ဒုက္ခများစွာနဲ့ ရင်ဆိုင်တတ်ကြရပါတယ်။

တစ်ခါကဆိုရင် မိမိရဲ့ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ပြောဆိုလာတဲ့ မိန်းကလေးတစ်ဦးကို နှစ်သိမ့်မှုပေးရင်း သူတို့နှစ်ဦး ငြိစွန်းသွားကြတာ ရှိဖူးပါတယ်။ သူငယ်ချင်းဆိုပေမယ့် ယောကျ်ားနဲ့မိန်းမ လိင်မတူလေတော့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ထိတွေ့တာများရင် ဟီရိဩတ္တပ္ပ စိတ်နောက်ကျိသွားတာမျိုးနဲ့ ကြုံတတ်ပါတယ်။ အပျိုကြီးတွေ၊ ကျောင်းဆရာမတွေ၊ ရုံးအုပ်အပျိုကြီးတွေ မိမိနဲ့အဆင့်မတူတဲ့သူတွေနဲ့ ဟိုးလေးတကျော် အိမ်ထောင်ကျကုန်ကြတာဟာ ဒီနည်းနဲ့ အိမ်ထောင်ကျကြတာပါပဲ။ တစ်ခုသတိထားရမှာက နှလုံးသားဆိုတာ ကိုးစားလို့မရတဲ့အရာ ဖြစ်ပါတယ်။ နှလုံးသားကို ကိုးစားသူဟာ လူမိုက်သာလျှင်ဖြစ်ပါတယ်။ လူသားတို့ရဲ့ နှလုံးသားတွေဟာ စဉ်းလဲလှည့်စားတတ်ပြီး တစ်ခါတစ်ရံမှာ စိတ်ရည်သန်ချက် အစစ်အမှန်ကို မမြင်နိုင်အောင် ဖုံးကွယ်ထားတတ်ပါတယ်။

ယောကျ်ားလေးနဲ့ မိန်းကလေး နှစ်ယောက်တည်း သူငယ်ချင်းလို ချစ်လို့ရပါတယ်။ မောင်လေးလို မေတ္တာမျှလို့ရပါတယ်။ ဒါပေမယ့်

အဲဒီသူကို မိမိရဲ့ အိမ်ထောင် ဖက်အဖြစ် ရွေးချယ်ဖို့ မရည်ရွယ်သူဆိုရင် အကာအကွယ် ယူရပါမယ်။ မိမိကိုယ်မိမိ အယုံမကြီးပါနဲ့။ နှစ်ယောက်တည်း ဆိတ်ငြိမ်ရာမှာ အချိန်ကြာမှာကို ရှောင်ပါ။ မသင့်လျော်တဲ့ ကြင်နာယုယမှုမျိုးတွေနဲ့ ရာဂစိတ် နိုးကြားစေမယ့် အခြေအနေတွေကို ရှောင်ပါ။ မသင့်လျော်တဲ့ ကြင်နာမှုဆိုတာကတော့ နှင်းဆီပန်းလေး မှန်မှန်လက်ဆောင်ပေးတာတို့၊ လက်ကလေးကို ကိုင်တာတို့၊ လဲချော်မလိုဖြစ်စဉ် ကိုယ်ထိလက်ရောက် ကူညီတာတို့၊ အကြင်နာပိုတာတို့ကို ဆိုလိုတာပါ။

မိမိမှာ အကျပ်အတည်း တစ်စုံတစ်ရာတွေ့လျှင် လိင်မတူသည့် သူငယ်ချင်းတစ်ဦးကို မတိုင်ပင်ပါနဲ့။ မိဘ ညီအစ်ကို မောင်နှမကိုပဲ တိုင်ပင်ပါ။ နောက်ဆုံး ဘယ်သူမှမရှိရင် အဖေကိုပဲ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ချပြ တိုင်ပင်ပါ။

ယောကျ်ားလေးနဲ့ မိန်းကလေး သူငယ်ချင်းလိုနေတာဟာ အချိန်မရွေး အခြေအနေပြောင်းနိုင်လို့ သတိထား အကာအကွယ် အမြဲယူရပါမယ်။ အဲဒီသူငယ်ချင်းဟာ ကိုယ့်ကို အချိန်မရွေး တစ်ဖက်သတ် ချစ်လာနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို တစ်ဖက်သားက ချစ်လာပြီဆိုရင် မဖြစ်နိုင်လျှင် မဖြစ်နိုင်ကြောင်း၊ မိမိအနေအထားကို အမှန်အတိုင်းပြောကြားရန် လိုအပ်ပါတယ်။ ထိုမျှနှင့် မပြီးသေးပါ။ ချက်ချင်း ခပ်ခွာခွာနေတာ အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ လိုအပ်လျှင် အလွတ်ရုန်းရှောင်ပါ။ အန္တရာယ်ကို ရင်ဆိုင်မတိုးပါနှင့်။

ကောင်းတာက လိင်မတူတဲ့ ယောကျ်ားလေးနဲ့ မိန်းကလေး သွားကြ လာကြမယ်ဆိုရင် နှစ်ယောက်တည်းမသွားဘဲ သူငယ်ချင်း

တစ်အုပ်စုလုံးနှင့် သွားပါ။ မိမိအနေနှင့် ပျိုပျိုအိုအို၊ ယောက်ျားမရွေး မိတ်ပေါင်းစုံပေါင်းလျှင် လူတိုင်းနှင့် ဣန္ဒြေရရ ပေါင်းသင်းတတ်လာမည်ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ မိတ်စုံပေါင်းရာမှာလည်း အစုံဖြစ်တတ်သည်ကို သတိပြုပါ။ အုပ်စုဖွဲ့ပေါင်းခြင်းက နှစ်ဦးတည်းတွေ့မှုကို သိသိသာသာ လျော့နည်းလာနိုင်ပါတယ်။ အုပ်စုဖွဲ့ပေါင်းသင်းနေသည့်ကြားက နှစ်ဦးတည်းတွေ့လျှင်တော့ မိမိအပေါင်းသင်းပါရိုးသားမှု မရှိတော့ဟု တွက်ဆပါ။

အိမ်ထောင်ပြုလျှင်၊ အလားအလာ အခြေအနေမရှိဘဲနှင့် မေတ္တာနှောင်ကြိုးရစ်ပတ် နှစ်ဦးစလုံး အသည်းကွဲတတ်ကြရပါတယ်။ ယခုပြောနေရသည်မှာ သူငယ်ချင်း၊ သူငယ်ချင်းဟုပြောပြီး အရွယ်မတိုင်၊ အချိန်မတိုင်၊ အသင့်မဖြစ်သေးမီ အိမ်ထောင်ကျမှု သို့မဟုတ် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုမိရာက ကိုယ်ဝန်ရှိလာမှု၊ အပျိုရည်ပျက်မှု မဖြစ်စေရန်တင်ပြနေခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

မိဘသည် မိမိတို့မမြင်နိုင်သော ကျော့ကွင်းကို မြင်တတ်၏။ သူတို့သည် ငယ်ရာမှ ကြီးလာသူများ ဖြစ်ပါတယ်။ လိင်မတူသူ လူငယ်နှစ်ဦး အတူနေလျှင် ဘာဖြစ်ကြမည်ကို သူတို့ သိကြပါတယ်။ သင် ရည်းစားထားသည်ကို မိဘက သဘောမတူလျှင် မပုန်ကန်ပါနှင့်ဟူသော ဆုံးမစကား ရှိပါတယ်။ ထိုစကားကို တိတိကျကျ လိုက်နာပါ။

သင်သည် လိင်မတူသည့် သူငယ်ချင်းတစ်ဦးနှင့် ရင်းနှီးစွာ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနေခဲ့လျှင် စင်ကြယ်မှုကို အမှန်တကယ် ထိန်းသိမ်းနိုင်ရဲ့လား ဟူသောအချက်ကို မိမိကိုယ်မိမိ ကြပ်ကြပ်မေးဖို့ လိုပါ

တယ်။ စိတ်ခိုင်ခံ့မှုရှိပြီး တိကျပြတ်သားတဲ့ မိန်းကလေးတစ်ဦးက "ကျွန်မစိတ်ကို ကျွန်မ တုံးတုံးချထားတယ်။ ကျွန်မ အိမ်ထောင်ပြုနိုင်တဲ့အရွယ်မရောက်မချင်း၊ လင်ကောင်းတစ်ယောက်မှာ ရှိအပ်တဲ့ အရည်အသွေးနဲ့ ပြည့်ဝတဲ့လူတစ်ယောက်ကို မတွေ့မချင်း ကျွန်မ ရည်းစားမထားဘူးလို့ စိတ်ဆုံးဖြတ်ထားတယ်"လို့ ဆိုပါတယ်။

သမီးလည်း အဲသလို တိကျတဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ရပ် ရှိနေပြီး စိတ်ကိုအလိုမလိုက်ဘဲ အရာရာမှာ မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်ပါ။ အကာအကွယ်ယူပါ။ ဘယ်သူ့ကိုမဆို ခပ်ခွာခွာ ပေါင်းသင်းပါလို့ အကြံပြုလိုတာ ပါပဲကွယ်။

■

ပိုးပန်းမှုဟာ ရည်းစားဖြစ်သွားရင် ပြီးရော ဆိုတာ မဟုတ်ဘူး။ ပိုးပန်းမှုကို သမီးရည်းစားဘဝ၊ လင်မယားဘဝအထိ ဆက်ပိုးပန်းရမယ်။ သေတပန် သက်တဆုံး ပိုးပန်းရမယ်။ တချို့ လင်မယားတွေဆိုရင် သင်္ချိုင်္ဟကုန်အထိ လိုက်ပြီး ပိုးပန်းတတ်ကြတယ်။

မေး ။ ။ ဆရာရှင့်၊ ပိုးပန်းမှုအပေါ်မှာ ကျွန်မ ဘယ်လိုသဘော ထားရပါမလဲ။ ပိုးပန်းမှုဟာ ချစ်သူအဖြစ် လက်ခံတဲ့ နေ့မှာ အဆုံးသတ်တာပဲလား။ ကျွန်မလည်း နောက်ပိုးသာခံချင်တာ၊ ပိုးပန်းတာဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်း ပြည့်စုံအောင်မသိဘူးရှင့်။

ခင်မြသန္တာ(ဗန်းမော်)

ဖြေ ။ ။ ယေဘုယျအားဖြင့်တော့ လူပျို၊ အပျို နောက်ပိုးကြရာ မှာ ချစ်သူဘဝ ရောက်သွားရင် နောက်ပိုးပန်းမှုကာလ ကုန်ဆုံးပြီလို့ သတ်မှတ်ကြတယ်။ အဲဒီကနေ အိမ်ထောင်သည်ဘဝ ကူးဖို့ ဆောင်ရွက်ကြတယ်။ နောက်ပိုးတဲ့ကိစ္စကို ဦးကတော့ အဲသည် လောက်နဲ့ အဆုံးမသတ်ချင်ဘူး။ စကားတစ်ရပ်က "အိမ်ထောင် ပြုပျက်ခြင်းဟာ ပိုးပန်းမှုပျက်ခြင်းဖြစ်တယ်"လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီစကား ကို ကြည့်မယ်ဆိုရင် ပိုးပန်းခြင်းဟာ အိမ်ထောင်ပြုတဲ့အထိ ဆက်ရှိနေ တဲ့အရာပဲလို့ ဆိုစရာရှိပါတယ်။ ဦးကတော့ မိန်းကလေးတစ်ယောက် နဲ့ ယောကျ်ားလေးတစ်ယောက်ဟာ သမီးရည်းစားဘဝတင်မကဘူး

အိမ်ထောင်သည်ဘဝ ရောက်တဲ့အထိ အပြန်အလှန် ပိုးပန်းနေစေချင်တာပါပဲ။ ပိုးပန်းမှုကို ချစ်သူဘဝမရောက်ခင်လေးအထိ အဆုံးမသတ်စေချင်ဘူး။ ရည်းစားဘဝ၊ အိမ်ထောင်သည်ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံးချိန် အိုမင်းရင့်ရော်တဲ့အထိ နောက်ပိုးစေချင်တယ်။ ပိုးပန်းမှုကို ချစ်သူဘဝအထိသာ ထားရှိခြင်းကြောင့် သမီးရည်းစား ကွဲကွာမှုနဲ့ အိမ်ထောင်ပြိုပျက်မှု၊ လင်ကွာ မယားကွာ၊ လင်ကွဲ မယားကွဲဖြစ်မှုများ ပိုများတာလို့ ဆိုချင်ပါတယ်။

ပိုးပန်းတယ်ဆိုတာက သူ ဘယ်လိုလူစားဖြစ်တယ်။ သူနဲ့ ကိုယ် စိတ်တူသဘောတူ ဖြစ်,မဖြစ်၊ သူ့အလိုတွေကို ကိုယ်က ဘာတွေ လိုက်လျောပေးနေရမလဲလို့ အားထုတ်နေတာဟာ ပိုးပန်းတာပဲဖြစ်လို့ ဒီကိစ္စကို အိုမင်းရင့်ရော်တဲ့အထိ လုပ်ဆောင်သွားရင် ဒီအချစ်မေတ္တာ၊ ဒီအိမ်ထောင်ဟာ ဘယ်မှာပျက်ပြယ်တယ်လို့ ရှိနိုင်တော့မှာလဲကွယ်။

ပိုးပန်းတယ်ဆိုတဲ့ကိစ္စကို စတွေ့တဲ့အချိန်ကစပြီး အိုမင်းရင့်ရော်တဲ့အထိလို့ သဘောထားပြီး ဒီကိစ္စကို စဉ်းစားကြပါစို့။ အစမှာတော့ ကိုယ်က ပိုးပန်းနေမှန်း မသိရအောင် ခပ်လှမ်းလှမ်းကနေပဲ အကဲခတ်ရတာပေါ့။ သူဟာ လူတွေနဲ့ ဘယ်လိုဆက်ဆံတယ်။ သူဟာ ကြာပေးတတ်တဲ့မိန်းမစားလား၊ သူဟာ မာယာများတဲ့ ကျားသတ္တဝါလား ဆိုတာ အကဲခတ်ရတာပဲ။ ဒါပေမယ့် အကဲခတ်ရတာဆိုပေမယ့် ဒါက လွယ်တော့မလွယ်ဘူး။ မလွယ်ပေမယ့် ကိုယ့်စိတ်ထဲကလည်း တိုးပြီး သိချင်လာတယ်ဆိုရင်တော့ စကားစမြည်လေး ပြောကြည့်ရမှာပါပဲ။ စကားပြောကြည့်တယ်ဆိုရင်ပဲ သူ့ဘဝပန်းတိုင်နဲ့ သူ့အခြေအနေကို သိခွင့်ရကြမှာ မုချပါပဲ။

တစ်ခါတလေတော့လည်း သူ့အကြောင်း ကောင်းကောင်းသိနေတဲ့ ရိုးဖြောင့်တဲ့လူတစ်ယောက်ဆီကလည်း ကိုယ်သိချင်တဲ့အချက်တွေ မှန်မှန်ကန်ကန် သိရတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို သူ့အကြောင်း သိရသလောက် မဆိုးဘူးဆိုရင်တော့ သူနဲ့ကိုယ် အကျွမ်းတဝင်ရှိဖို့ လိုလာတဲ့အတွက် အကျွမ်းတဝင်ရှိဖို့ လမ်းစတွေ ရှာကြရမှာပေါ့။ ပျော်ပွဲစားထွက်တာတို့၊ သူလာနေကျလမ်းမှာ အမှတ်တမဲ့ သွားစောင့်နေတာတို့၊ သူနဲ့ရင်းနှီးသူတစ်ဦးကနေ တစ်ဆင့် မိတ်ဆက်တာတို့၊ သူရောကိုယ်ပါ သိတဲ့အိမ်က ဆွမ်းကျွေးပွဲ၊ ဘုရားကိုးဆူ အလှူပွဲတို့မှာ တွေ့ရအောင် ကြိုးစားတာတို့ စသည်ဖြင့်ပေါ့။ ဒါတွေက လူငယ်တွေ ကြံတတ်ဖန်တတ်ရှိပါတယ်။ တောမှာဆိုရင်လည်း ရေခပ်ချိန်၊ နွားရိုင်းသွင်းချိန် တွေ့ကြတာပေါ့။ ဥပုသ် သီလစောင့်ဖို့သွားတဲ့နေရာ၊ ရာသီပွဲ၊ ဘာသာရေးပွဲ၊ သာရေး နာရေးပွဲတွေမှာ တွေ့နိုင်ကြတာပါပဲ။

အဲဒီကနေတစ်ဆင့် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ပိုမိုသိကျွမ်းလာရာက ဆက်ပြီး စခန်းသွားဖို့ သင့် မသင့် ဆိုတာကိုတော့ မိမိဘာသာ ဆုံးဖြတ်ရမှာပါပဲ။ ခုထိတော့ မဆိုးလှဘူးဆိုရင် တစ်ဦးကိုတစ်ဦးက အကြင်နာပြကြရပါလိမ့်မယ်။ လက်ဆောင်ပေးကြရပါမယ်။ သူ မြတ်နိုးတတ်တာလေးတွေ ကိုယ်ကသိပြီး ပေးရ။ အဲဒီလက်ဆောင်ထဲမှာ ကိုယ့်ရဲ့ချစ်မေတ္တာတွေပါ ပါသွားတတ်တာကိုး။ တစ်ဖက်က လက်ဆောင်ကို ငြင်းတယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်အနေအထားကိုယ် ပြန်သုံးသပ်ရမှာပါ။

တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ပိုးပန်းမှုက အတော်အတန် ခရီးရောက်လာလို့ မေတ္တာမျှနိုင်တဲ့ အနေအထားတွေလည်း ရှိလာရင်တော့ တစ်ဦးနဲ့

တစ်ဦး စည်းကြီးကမ်းကြီး သိပ်မထားဘဲ နည်းနည်းပါးပါး လျှော့ပေါ့ပြီး သက်သောင့်သက်သာ ဆက်ဆံကြဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ အထူးသဖြင့် အချိန်အခါမသင့်ဘဲ ကတိတွေ မလွန်စေဖို့ကိစ္စဟာ အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။

ပိုးပန်းမှုကာလမှာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး တွေ့ဆုံကြရမယ်ဆိုရင် အချိန်မီသွားပါ။ ဘယ်တော့မှ ကိုယ်က နောက်မကျပါစေနဲ့။ တွေ့တဲ့အခါမှာလည်း သပ်သပ်ရပ်ရပ် ဝတ်စားသွားပါ။ ပိုးပန်းစဉ်ကာလ တွေ့ဆုံကြတဲ့အခါမှာ မိမိဟာ စကားပြောကောင်းသူတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့လိုသလို ကောင်းစွာနားထောင်တတ်တဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်ဖို့လည်း လိုပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ယောကျ်ားပျိုဘက်က ရပ်ရွာဒေသန္တရယဉ်ကျေးမှုဓလေ့များကို လိုက်နာဖို့ နားလည်ဖို့ လိုပါတယ်။ မိန်းကလေးကို တံခါးဖွင့်ပေးခြင်း၊ သူထိုင်မည့်ထိုင်ခုံကို ယူပေးခြင်းစသည်တို့ ပါဝင်ပါတယ်။ ပိုးပန်းစဉ်ကာလမှာ အမျိုးသမီးငယ်ဘက်ကလည်း သူ့ကိုယ်သူ မင်းသမီးတစ်ပါးလို ဆက်ဆံမှုမျိုး မမျှော်လင့်တဲ့တိုင် သူရည်မှန်းသူထဲက သိမ်မွေ့မှု၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုတွေကို လိုလားတာတော့ အမှန်ပါပဲ။ ဒါကိုလည်း ယောကျ်ားလေးဘက်က ဖြည့်ဆည်းပေးရပါမယ်။ အဲသည်လို တွေ့ဆုံကြရာက တစ်ဦးကိုတစ်ဦး လေးစားမှုတွေကလည်း ပိုလာနိုင်ပါတယ်။ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး အထင်ကြီးမှုတွေလည်း ရလာနိုင်ပါတယ်။ လေးစားမှု၊ အထင်ကြီးမှု၊ အားကိုးအားထားမှုတွေဟာ မိမိရဲ့မေတ္တာကို တစ်ဆင့်မြှင့်ဖို့ အခြေအနေကောင်းတွေပါပဲ။

ပန်းပျိုးတစ်ရာ စာပေ

အဲသလို တစ်ကြိမ်တွေ့ပြီးတိုင်း မိမိအိမ်ပြန်ရောက်ရင် တွေ့ခဲ့တဲ့ အခြင်းအရာတွေကို နှစ်ယောက်စလုံးက ပြန်ပြီး စားမြုံ့ပြန်ကြမှာ သေချာပါတယ်။ စားမြုံ့မပြန်ရဘူးလို့ ရိုက်ပြီးထားတာတောင် ရမယ် မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါလေးတွေကိုလည်း ကြည်နူးနေမိမှာပါလေ။ အဲသလို တွေ့ဆုံဖန် များပြီးတဲ့အခါမှာတော့ ချစ်ရေးဆိုမှုဆိုတာ အချစ်ရေး အချစ်ရာ တစ်ဆင့်တက်ဆောင်ရွက်မှုကိစ္စဟာ မလွှဲမသွေ ဖြစ်ပေါ်လာ မယ့်ကိစ္စ၊ မျှော်လင့်ထားရမယ့်ကိစ္စပါ။ သူက ဘယ်လိုစတင်ပြီး ချစ်ရေးဆိုလာမယ်ဆိုတာ မိန်းကလေးဖြစ်သူက စဉ်းစားပြီး ရင်မောရ တာဟာ နောင်တစ်သက်တာ၊ တစ်ဘဝမှာ ဘယ်တော့မှ ပြန်မရနိုင် တော့တဲ့ ကြည်နူးမှုပီတိပါပဲလေ။ သူက စာပေးပြီးပဲပြောမလား၊ တယ်လီဖုန်းနဲ့ပဲပြောမလား၊ တိုက်ရိုက်ချိန်းပြီးပဲပြောမလား။ တစ်နည်း နည်းနဲ့တော့ မေတ္တာကို ဖွင့်ဟကြရတော့မှာပေါ့။ ခုခေတ်ကာလမှာ တော့ အဲဒီကိစ္စကို မိန်းကလေးတွေက စတင်လုပ်ဆောင်ကြတာ တွေလည်း ရှိပါတယ်။ ချစ်ရေးဆိုတာကို ယောကျ်ားလေးတွေက မလုပ်ဘဲ မိန်းကလေးတွေက စတင်ချစ်ရေးဆိုတာကို သူ့ခေတ်နဲ့ သူ့အခါ ဒီခေတ်မှာ ယောကျ်ားလေးဖြစ်ရတာ ကံကောင်းတာပဲလို့ ဆိုရုံမှလွဲ၍ အခြားတစ်ပါး ပြောစရာမရှိပါဘူး။

တစ်ဦးဦးက စတင် ချစ်ရေးဆိုခဲ့ပြီဆိုရင်တော့ ကျန်တစ်ဦးက အဲဒီချစ်မေတ္တာကို တုံ့ပြန်ရပါမယ်။ သူက စာနဲ့ရေးပြီးပြောရင် ကိုယ် ကလည်း စာနဲ့တုံ့ပြန်ပါ။ တယ်လီဖုန်းနဲ့ဆိုလည်း တယ်လီဖုန်းထဲကပဲ တုံ့ပြန်ပါတော့။ သူ စကားလိုက်ပြောတာဆိုရင် အမူအရာနဲ့ ခေါင်း ညိတ်ပြရင်လည်း ရပါတယ်။ အောင်သွယ်နဲ့ ချစ်ရေးဆိုလာတာဆိုရင်

အောင်သွယ်ကနေပဲ တစ်ဆင့်ပြန်လိုက်ပါ။ ဒါဟာ ပိုးပန်းမှုရဲ့ ပထမအဆင့်ပဲ။ အဲဒီကာလအတွင်း ပိုးပန်းမှု ပျက်စီးသွားရင်လည်း သမီးရည်းစားဘဝ မရောက်တော့ဘူးပေါ့။ သမီးရည်းစားဘဝ မရောက်တော့ဘူးဆိုရင်လည်း သူနဲ့တော့ ပိုးပန်းမှုကိစ္စက ပြတ်သွားပြီပေါ့။ ဒါပေမယ့် နောက် မိမိမျက်စိထဲမှာ ပေါ်လာတဲ့ အမျိုးသမီး၊ အမျိုးသား တစ်ဦးဦးနဲ့ ပိုးပန်းမှုဆိုတာ ဆက်ရှိဦးမှာပဲ။ ကဲ...မိမိတို့နှစ်ဦးက ချစ်သူဘဝ ရောက်ရှိသွားပြီဆိုရင်တော့ ပိုးပန်းမှုကိစ္စဟာ အဆုံးမသတ်ရုံသာမက ပိုမိုနက်နဲလာပြီ၊ ပိုမိုစိတ်ရောကိုယ်ပါဖြစ်လာရပြီ၊ ပိုးပန်းမှုအဆင့်မြင့်လာရပြီလို့သာ မှတ်ယူလိုက်ပါတော့ သမီးရယ်။

■

သမီးရည်းစားဘဝဟာ အိမ်ထောင်သည်ဘဝရဲ့ ခြေဆင်းဖြစ်တယ်။ ဒီအချိန်မှာ တစ်ဦးအကြောင်း တစ်ဦး ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းသိကြဖို့ လိုတယ်။ သမီးရည်းစားဘဝမှာ နားနဲ့ မျက်စိကို အကျယ်ဆုံးဖွင့်ထားပြီး မိမိရဲ့ အပျိုရည် အပျိုသွေးကို အလုံခြုံဆုံး သိုဝှက်ထားရမယ်။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

ဗန်းမော်က ခင်မြသန္တာ သို့–

သမီးရေ၊ ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က သမီးရည်းစားမဖြစ်ခင် တစ်ဦးကို တစ်ဦး ပိုးပန်းကြတဲ့သဘာဝကို ရှင်းပြပြီးခဲ့ပါပြီ။ ပိုးပန်းမှုဟာ သမီးရည်းစားဘဝမှာ ကုန်ဆုံးပြီလို့ ဖြေရင် ပိုးပန်းမှုကုန်ဆုံးတဲ့နေ့ဟာ အချစ်ကုန်ဆုံးတဲ့နေ့ပါပဲ။ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး သမီးရည်းစားအဖြစ် လက်ခံလိုက်ပေမယ့် ပိုးပန်းတာကို အဆုံးသတ်လို့ မရသေးဘူး။ အဲဒီ သမီးရည်းစားဟာ ဆက်ပြီး ပိုးပန်းနေကြရဦးမှာပဲ။ ဒါဟာ ဘဝရဲ့ဂီတ၊ ဘဝရဲ့အလင်္ကာ၊ ဘဝရဲ့သံစဉ်၊ ဘဝရဲ့စည်းဝါး၊ ဘဝရဲ့ အရသာ၊ ဘဝရဲ့အစပ်တည့်မှု၊ ဘဝရဲ့ချောမွေ့မှု၊ ဘဝတရားရဲ့ ညီညွတ်မှုလို့ပဲ ဆက်ခေါ်ကြပါစို့။

သမီးရည်းစား ဖြစ်လာပြီဆိုရင် နှစ်ဦးစလုံးက လွတ်လွတ် လပ်လပ်လေး တွေ့ဆုံဖို့ ကြိုးစားကြမှာပဲ။ အမျိုးသားကလည်း တောင်းဆိုမှာပဲ။ သမီးရည်းစားဆိုပြီး ချိန်းမတွေ့ရရင်တော့ ဘဝဟာ ဂီတဆိုရင် ဒီဂီတကို တီးလည်းတီးတတ်တယ်။ တီးစရာ ပစ္စည်း ကိရိယာလည်း ရှိတယ်။ တီးဖို့ အခွင့်အရေးလည်းရှိပါရဲ့။ မတီးဘဲ

ထားတာနဲ့ အတူတူမို့ တူရိယာပစ္စည်းတွေလည်း မှိုတက်၊ တီးကွက်တွေလည်း မေ့ကုန်ပြီး သမီးရည်းစားမဖြစ်တာနဲ့ အတူတူပဲဖြစ်မှာပေါ့။ သမီးရည်းစားမှာ ချိန်းတွေ့တာပါမှ ပြည့်စုံတယ်။

သမီးရည်းစား ချိန်းတွေ့ရာမှာလည်း ပိုးပန်းမှုသံစဉ်တွေ ရှိရမယ်။ သမီးရည်းစားဘဝမှာလည်း ပိုးပန်းမှုရှိမှ ပြည့်စုံတယ်။ သမီးရည်းစားဘဝ ပိုးပန်းမှုကုန်ဆုံးတဲ့နေ့ဟာ ရည်းစားဘဝအဆုံးသတ်တဲ့နေ့လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ သမီးရည်းစားဘဝဟာ ပိုးကြပန်းကြတဲ့ဘဝထက် ပိုမိုရင်းနှီးလာကြတာ အမှန်ပဲ။ ချိန်းတွေ့တာ၊ သံယောဇဉ် ပိုကြတာတွေလည်း အမှန်ပဲ။ အဲဒီလို သမီးရည်းစားဘဝ ချိန်းတွေ့ရင်း လက်ကလေးကိုင်တာတို့၊ ပါးလေးနဲ့ နဖူးလေးကို နမ်းတာတို့၊ ဖက်တာတို့ဟာ လျောက်ပတ်ရဲ့လားလို့ မေးစရာ ရှိပါတယ်။ မေးမနေနဲ့ မလျောက်ပတ်ဘူးလို့ ဆိုရင်လည်း ဒါလောက်က မလုပ်ဘဲနေမှာမှ မဟုတ်တာ။ ဒီတော့ ဒီကိစ္စတွေကို သမီးရည်းစားဘဝမှာ ရာဂစိတ်မပါဘဲ ချစ်ခင်တဲ့သဘောနဲ့ မှုလိုပြုတာဟာ စင်ကြယ်လျောက်ပတ်ပါတယ်လို့ ဖြေရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော်လည်း ဖက်နမ်းရာမှ ညစ်ညမ်းတဲ့အဖြစ်၊ လိင်စာရိတ္တများ ပျက်ပြားမှုရောက်တဲ့အထိ မပြုမူဖို့ လိုပါတယ်။ လက်မထပ်ခင် တရင်းတနှီးနေသင့်သလား။ နှလုံးသားကို ကာကွယ်ပါဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို တစ်နေရာမှာ ရေးခဲ့ဖူးပါတယ်။ လိုအပ်ရင်လည်း ထပ်ရေးပါဦးမယ်။

သမီးရည်းစားဘဝမှာလည်း တစ်ယောက်အကြောင်း တစ်ယောက် ပိုသိရအောင် ပြုလုပ်ကြရပါမယ်။ သမီးရည်းစားဘဝ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ပိုပိုပြီး ပိုးပန်းကြရပါမယ်။ သမီးရည်းစားဘဝ

ရောက်မှ ချစ်ရည်လူးခဲ့တဲ့ အတွေးစိတ်ကူးတွေအတိုင်း သဝန်တိုတာတွေ ပိုများလာတဲ့အဖြစ်မျိုး မရောက်သင့်ပါဘူး။ ချစ်သူရည်းစားဘဝမှာ ပိုးပန်းရင်းနဲ့ပဲ တစ်ဦးနှလုံးသားထဲက အကြံအစည်ကို တစ်ဦးက သိအောင် ခပ်ယူတတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ လုံ့လဝီရိယနဲ့ ဝေဖန်ပိုင်းခြားတဲ့ဉာဏ်သုံးဖို့တော့ လိုပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ မိမိချစ်သူရဲ့ အတွင်းသဘောကို သိရှိနိုင်ရန် အထောက်အကူဖြစ်စေတဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေကို ဆောင်ရွက်ဖို့ အစီအစဉ်များလုပ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါတွေကတော့ အစပိုင်းမှာ ဘုရားသွားတာတို့၊ ရုပ်ရှင်အတူကြည့်တာတို့၊ အားကစားတစ်ခုခု အတူကစားတာတို့၊ တိရစ္ဆာန်ရုံသွားတာ၊ ဈေးဝယ်ထွက်တာ၊ ပြတိုက် ပြခန်းတွေသွားတာတို့ကို ဖြစ်မြောက်အောင် စီစဉ်ကြရပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ စကားအပြန်အလှန် ပြောဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ စကား စကား ပြောပါများ စကားထဲက ဇာတိပြဆိုသလို စကားပြောရင်း သူ့ဇာတိကို လေ့လာခွင့် ရနိုင်ပါတယ်။

အဲဒီလို စကားပြောရာမှာ လွတ်လပ်ချိန်ကို ဘယ်လိုသုံးမလဲ။ ဘယ်စာအုပ်ကို အနှစ်သက်ဆုံးလဲ။ ဘယ်စာရေးဆရာကို သဘောကျလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ စသည်ဖြင့် မေးမြန်းသင့်ပါတယ်။ ဘယ်စားသောက်ဆိုင်က အစားအစာကို ကြိုက်လဲ။ ဘာအရောင်ကြိုက်လဲ စသည်ဖြင့်လည်း မေးမြန်းနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် တစ်ဖက်သားအနေရကြပ်၊ အဖြေရကြပ်တဲ့အရာမျိုး၊ အငြင်းပွားဖွယ်ရာအကြောင်းများကို တမင်မေးမြန်းတာမျိုးလည်း မလုပ်ပါနဲ့။ မေးစရာခွင်ရောက်လာတဲ့ မေးခွန်းအားလုံးကိုတော့ မေးလိုက်ပါ။ သူဖြေတာကိုလည်း တိတိကျကျနားထောင်ပါ။ ဖြေဆိုရာမှာလည်း မိမိ သဘောမတူတာကို

ဘယ်တော့မှ ဟန်ဆောင်ပြီး လိုက်လျောဖြေဆိုတာမျိုး မလုပ်ပါနဲ့။ သမီးရည်းစားဘဝသည် အိမ်ထောင်သည်ဘဝ၏ ခြေဆင်းဖြစ်၍ ဤအခြေအနေတွင် တစ်ဦးအကြောင်းတစ်ဦး အားလုံး ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းသိရှိဖို့ လိုပါတယ်။ သမီးရည်းစားဘဝမှာ ရိုးသားပွင့်လင်းဖို့ လိုတယ်။ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး လက်ထပ်ဖို့ ရည်မှန်းပြီဟုဆိုပါက–

ငွေရေးကြေးရေးအပေါ် ဘယ်လိုသဘောထားလဲ။ လက်ထပ်ဖို့ငွေကို ဘယ်လိုရှာကြမလဲ။ ကလေးကို လက်ထပ်ပြီး ဘယ်အချိန်ယူကြမလဲ။ သူ့ဘက်က ဆွေမျိုးသားချင်းတွေအကြောင်း၊ ဝါသနာပါရာကိစ္စ၊ ယခင်က ချစ်သူရှိခဲ့၊ မရှိခဲ့ စသည့်ကိစ္စများကိုပါ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဖြောင့်ဖြောင့်တန်းတန်းပြောဆို၍ ရိုးသားစွာ ဆွေးနွေးပြောဆိုဖို့ လိုပါတယ်။ သမီးရည်းစားဘဝတွင် အပွင့်လင်းဆုံး ပိုးပန်းကြဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သူ့မိတ်ဆွေ၊ ကိုယ့်မိတ်ဆွေ၊ သူ့အိမ်သား၊ ကိုယ့်အိမ်သားတွေအကြားတွင် နေထိုင်သွားလာမှုသည် အိမ်ထောင်သည်ဘဝကို အထောက်အကူပြုနိုင်ပါတယ်။ ထို့ပြင် သမီးရည်းစားဘဝကတည်းက ဈေးအတူဝယ်တာ၊ စားသောက်ဆိုင် အတူသွားတာ၊ ချက်ပြုတ်တာ၊ ပန်းကန်ဆေးတာ၊ အိမ်သန့်ရှင်းရေးလုပ်တာကအစ အတူတကွလုပ်ကြည့်ပါ။ ဤသို့လုပ်ခြင်းဖြင့် သူ၏အညံ့ဆုံးအပြစ်ကို တွေ့ရှိလာနိုင်ပြီး မိမိဘက်က ဘယ်အထိ သည်းခံနိုင်မယ်ဆိုတာကို ချိန်ထိုးဖို့လိုပါ၏။ မိမိတို့ လက်ထပ်ဖို့အထိ စိတ်ကူးလာပြီဟုဆိုပါက လိင်ဆက်ဆံမှုမှတစ်ပါး စနည်းနာမှုပြုပါ။ သီလဘက်တွင် အပြစ်အနာအဆာမရှိ ဆိုပါက မိမိချစ်သူသည် အမှန်တကယ်ကျက်သရေရှိသူတစ်ယောက် ကေန်မုချဖြစ်ပါမယ်။ ယခင်က မြန်မာ

မှုမှာ သမီးရည်းစားကာလ သမီးရည်းစားဘဝ ပိုးပန်းမှုကိုလည်း အချိန်ယူဖို့လိုပါတယ်။ ပိုးပန်းမှုအချိန်ကို သုံးနှစ်မျှ ယူကြပါတယ်။ ဘယ်သောအခါမျှ အလောသုံးဆယ် မပိုးပန်းပါနှင့်။ ချစ်ခြင်းအစ မျက်စိကဟု ဆိုပါ၏။ မျက်စိနှင့်စခဲ့သောကိစ္စကို မျက်စိနှင့် ခြေဆုံး ခေါင်းဆုံးကြည့်ပါ။ မျက်စိနှင့် အသည်းထဲ၊ နှလုံးထဲအထိ ဖောက် ထွင်းကြည့်ရှု ပိုးပန်းပါ။ တတ်နိုင်လျှင် သူ့အတွင်းစိတ်သဘောကို အမဲဖျက်သလို စိစစ်လေ့လာပါ။ သမီးရည်းစားဘဝတွင်ရော ထိုကာလ မတိုင်မီကပင် ချစ်မေတ္တာတရားအတွက် အချိန်လုံလောက်စွာပေးပါက တစ်ဦး၏ အကျင့်ဆိုးလေးများ၊ ဥာဉ်ဆိုးလေးများ အမှတ်မထင် ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ ပိုးပန်းမှုကာလမှာ မျက်စိကျယ်ကျယ်ဖွင့်ထား ခြင်းဖြင့် နောက်ပေါ်လာမယ့် သဘောကွဲလွဲမှုတွေကို ပိုမိုမှန်ကန်စွာ ဖြေရှင်းနိုင်မှာလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ အောင်မြင်သောနောက်ပိုးမှုသည် အောင်မြင်ချမ်းမြေ့သောအိမ်ထောင်ရေးကို ဖန်တီး တည်ဆောက်နိုင် မည် ဖြစ်ပါတယ်။ ပိုးပန်းခြင်းသည် အိမ်ထောင်ရေးပန္နက်စိုက်ထူခြင်း ဖြစ်၍ အချိန်ယူသော မှန်ကန်တဲ့ပိုးပန်းမှုဟာ သာယာတဲ့အိမ်ထောင် တစ်ခုကို ဖန်တီးနိုင်မယ်။ အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးပြောဆိုမှုသည် ပိုးပန်းမှုကို ထိရောက်စေပါတယ်။ ပိုးပန်းမှုကို အိမ်ထောင်သည်ဘဝသို့ ရောက်သည့်တိုင် ဆက်လက်ကျင့်သုံးကြရပါမယ်။

■

အထီးကျန်မှုသည် မိမိအတွင်းစိတ်၏ အားနည်းချက်ကို သတိပေးမှု ဖြစ်သည်။ အထီးကျန်မှု ဖြစ်လာလျှင် အတွင်းစိတ်ကို ပြုပြင်ပါ။ လူသစ်၊ စိတ်သစ် ဥပမိရုပ်အသစ် မွေးပါ။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ ကျွန်တော့်အိပ်ခန်းထဲမှာ တစ်ယောက်တည်း ဖြစ်နေတယ်။ ဘယ်သူမှလည်း မရှိဘူး။ ကျွန်တော့်ရဲ့ အထီးကျန်မှုကို ကျွန်တော် ဘယ်လိုမှ ကြံ့ကြံ့မခံနိုင်တော့ဘူး။ ကျွန်တော်ဟာ လောကကြီးနဲ့ အဆက်ပြတ်နေတယ်။ တစ်ကောင်ကြွက် လူရာမဝင်သလိုဖြစ်နေတယ်။ ဟာလာဟင်းလင်းကြီး ဖြစ်နေတယ်။ ပထမမဂ္ဂဇင်းတစ်စောင်ကို ကောက်ကိုင်လိုက်မိပါတယ်။ နောက်မဂ္ဂဇင်းတစ်ခုကို ဖွင့်ကြည့်၊ လူငယ်များက မေးကြသည်ဆိုတဲ့ ဆောင်းပါးကိုတွေ့ရတယ်။ ဖတ်ကြည့်တော့ ကျွန်တော်တို့လူငယ်တွေရဲ့ ပြဿနာတွေကို ဖြေကြားနေတာ တွေ့ရတာနဲ့ ဒီစာကို ရေးလိုက်ရတာပါ။ ဘာကြောင့် ကျွန်တော် အထီးကျန်ဖြစ်နေရတာလဲ။ အထီးကျန်မှုကို ဘယ်လိုအဆုံးသတ်ရမလဲ။

တင်ဝင်းမောင်(သုဝဏ္ဏ)

ဖြေ ။ ။ အခုလိုမေးလိုက်တာ ကောင်းတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အခုလိုမေးလိုက်တော့ အထီးကျန် မဖြစ်တော့ဘူးပေါ့။ လူ့ဘဝမှာ တစ်ခါတစ်ရံ အခုလိုပဲ အထီးကျန်မှု ဖြစ်တတ်ပါ

တယ်။ အထီးကျန်မှုဖြစ်ပြီဆိုရင် ပျော်စရာမရှိတော့ဘူး။ ဒါပေမယ့် အထီးကျန်မှုဟာ အန္တရာယ်ရှိလောက်အောင် ဥပါဒ်မပေးတတ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် အထီးကျန်မှုဟာ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရောဂါတစ်ခုခုရှိရင် ကိုယ်ပူလာတာတို့၊ ဗိုက်ထဲမှာ အစာမရှိရင် ဆာလာတာတို့လို မိမိဘဝမှာ အပေါင်းအဖော်၊ နီးစပ်မှု၊ ရင်းနှီးမှုလိုအပ်နေပြီဆိုတာကို ကြိုတင်သတိပေးချက်တစ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ လူဆိုတာက အပေါင်းအသင်းနဲ့၊ အဖွဲ့အစည်းနဲ့၊ မိသားစုနဲ့ နေထိုင်ရှင်သန်ရတဲ့သူပါ။ ဒီတော့ အပေါင်းအသင်းမရှိ၊ မိဝေးဖဝေးဖြစ်၊ မိမိချစ်တဲ့ ခင်တဲ့လူနဲ့လည်း ကင်းကွာတာမျိုးဖြစ်ရင် အထီးကျန်မှု ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လူဟာ အမြဲတမ်း ရုံးစုရုံးစုနဲ့နေတာမဟုတ်ပါဘူး။ လူဟာ လွတ်လပ်မှုကို မြတ်နိုးတဲ့သူလည်း ဖြစ်ပါတယ်။

အထီးကျန်တာဟာ ဘာကြောင့်လဲဆိုလို့ရှိရင် မိမိရဲ့ အတ္တစိတ်များလို့၊ လူတွေနဲ့ ခွဲဝေမခံစားတတ်လို့၊ အပေါင်းအသင်းမဆံ့လို့၊ ခွဲဝေခံစားတတ်မှုမရှိလို့၊ မေတ္တာဓာတ် နည်းပါးလို့ သဘာဝတရားက ဒဏ်ခတ်တာပါပဲ။ ဒီတော့ အထီးကျန်မှုကို ဖြေဖျောက်နိုင်ဖို့က လွယ်ပါတယ်။ မိမိမှာ အတ္တ၊ ပရစိတ် မျှမျှတတထားမယ်၊ အပေါင်းအသင်းဝင်ဆံ့မယ်၊ ခွဲဝေခံစားမယ်၊ မေတ္တာတရားထားရှိမယ်၊ ချစ်မေတ္တာစိတ်ကို မိမိရင်ထဲမှာ ပျိုးထောင်မယ်ဆိုရင် အထီးကျန်မှုဟာ အလိုလို ပျောက်သွားတော့တာပါပဲ။

တကယ်တော့ မိမိက လိပ်ပြာလေးတွေကို မြတ်နိုးမယ်ဆိုရင် သူတို့အကြောင်း တွေးနေရုံမျှနဲ့ အထီးကျန် မဖြစ်တော့ပါဘူး။ စာပေကို ဝါသနာပါမယ်ဆိုရင်လည်း စာအုပ်ဖတ်နေတာနဲ့ အထီးကျန်

မဖြစ်ပါဘူး။ သတိထား ဖို့က တစ်ယောက်တည်းနေတိုင်း အထီးကျန်မှု မဖြစ်ပါဘူး။ ဦးတို့ဟာ စာရေးတဲ့အခါမှာ တတ်နိုင်သမျှ လူစုလူဝေးကို ရှောင်ပြီး အခန်းတစ်ခုထဲမှာ ချောင်ပိတ်ပြီး နာရီပေါင်းများစွာ၊ ရက်ပေါင်းများစွာ စာရေးကြရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အထီးကျန်မှုဒဏ်ကို မခံစားရပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ မိမိစိတ်ဝင်စားတဲ့အလုပ် ရှိနေတာကိုး။ ဒီတော့ စိတ်ဝင်စားတဲ့အလုပ်ဟာလည်း အထီးကျန်မှုကို ဖယ်ရှားဖို့အတွက် လူဟာ အလုပ်ဆိုတဲ့ကိစ္စ လိုအပ်ပါတယ်။ အထီးကျန်မှုဖြစ်လျှင် ဝါသနာပါရာအလုပ် သို့မဟုတ် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုအလုပ်တစ်ခု ရှိနေရပါမယ်။

သမ္မာကျမ်းစာထဲမှာတောင် "လူသည် တစ်ကိုယ်တည်း မနေကောင်း"လို့ သတိပေးထားပါတယ်။ လူဟာ အပေါင်းအသင်းနဲ့သော်လည်းကောင်း၊ အလုပ်နဲ့သော်လည်းကောင်း အတူနေရပါမယ်။ အလုပ်ရှိပြီး ရည်ရွယ်ချက်ရှိနေပြီဆိုရင် အဖော်မပါ တစ်ကိုယ်တည်းနေရတာကိုက အရသာရှိနေတာမျိုးလည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ လူငယ်တစ်ယောက်က ကျွန်တော်ဟာ တစ်ခါတစ်ရံ အိမ်ခေါင်မိုးပေါ်တက်ပြီး တစ်ယောက်တည်းနေတယ်။ အဲသည်လိုနေရာက အတွေးသစ်တွေ ရလာတယ် ပြောဖူးပါတယ်။

တစ်ခါတလေတော့လည်း အထီးကျန်မှုဆိုတာဟာ တဒင်္ဂကိစ္စပါ။ ဒါမျိုးက မိမိက ဒီပတ်ဝန်းကျင်ကနေ တခြားပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုကို အလုပ်ပြောင်းရတယ် ဆိုပါစို့။ အဲဒီအခါမှာ မိမိချစ်မြတ်နိုးတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို စွန့်ပစ်ခဲ့ရလို့ တဒင်္ဂအထီးကျန်မှု ဖြစ်ရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ပတ်ဝန်းကျင်အသစ်မှာ မိတ်ဆွေသစ်တွေ ရလာတဲ့အခါမှာ အဲဒီ တဒင်္ဂအထီးကျန်မှုဟာ ပျောက်သွားတတ်ပါတယ်။

လူတွေမှာ တာရှည်အထီးကျန်မှုလည်း ရှိပါတယ်။ တာရှည်အထီးကျန်မှုဟာ တဒင်္ဂအထီးကျန်မှုထက်တော့ ပိုဆိုးပါတယ်။ ဒါပေမယ့်လည်း သူလည်း ကုရာနတ္ထိ ဆေးမရှိ မဟုတ်ပါဘူး။ တာရှည်အထီးကျန်မှုဖြစ်ရတဲ့အကြောင်းကတော့ မိမိရဲ့စိတ်နေစိတ်ထားကြောင့်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့အတွင်းစိတ်ကြောင့် ဖြစ်ရတာပါ။ အချို့သူတွေဟာ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်သေးတာတို့၊ သိမ်ငယ်တာတို့၊ အားငယ်တာတို့ကြောင့် တာရှည်အထီးကျန်မှု ဖြစ်ကြရပါတယ်။ လူငယ် မိန်းကလေး၊ ယောကျ်ားလေးတိုင်းဟာ တစ်ခါတလေ "ငါက ဘာမှဆွဲဆောင်မှုမရှိဘူး"

"ငါ့မှာ သူများစိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတာ ဘာမှမရှိဘူး"

"ငါဟာ အသုံးမကျဘူး"

"ငါ့မိဘတွေကလည်း ရာထူးရာခံ မရှိကြဘူး"

"ငါတို့မျိုးရိုးက ဆင်းရဲတယ်"

လို့ အထင်ရှိတဲ့လူတွေဟာ အထီးကျန်မှုကို ခံစားကြရပါတယ်။ အထီးကျန်မှုဟာ စိတ်ခံစားချက်၊ စိတ်ဝေဒနာမျိုးပါပဲ။

အဲဒီလို အားငယ်စိတ်တွေကို ဖြိုဖျက်ပစ်ဖို့ကတော့ မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားမှုကို တည်ဆောက်ဖို့ပါပဲ။ တာရှည်အထီးကျန်မှု ဖြစ်လာပြီဆိုရင် စိတ်သစ်၊ ကိုယ်သစ်၊ ဥပဓိရုပ်သစ်ကို မွေးမြူရပါမယ်။ မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားမှုကို တည်ဆောက်ကြရပါမယ်။ လောကမြေပြင်ပေါ်ကို ရောက်လာကြတဲ့လူတွေဟာ အားလုံး တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ဘာမှမခြားနားပါဘူး။ အားလုံးမှာ လူ့လောကပတ်ဝန်းကျင်ကို အောင်နိုင်ဖို့ အစွမ်းသတ္တိတွေ ပါလာတတ်ကြစမြဲပါပဲ။ လူတိုင်းမှာ

သမုဒ္ဒရာလောက်ကြီးတဲ့ စွမ်းပကားရှိတာ အမှန်ပဲ။ အဲဒီစွမ်းပကား ရှိတယ်လို့ ယုံကြည်တဲ့သူ၊ အဲဒီစွမ်းပကားကို ထုတ်သုံးတဲ့သူတွေဟာ ကြီးပွားကြတာပဲ။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ မိမိရဲ့ ပင်ကိုစွမ်းပကားကို ထုတ်သုံး တဲ့သူတွေက နည်းပြီး ထုတ်မသုံးတဲ့သူတွေက များလို့ ဒီလောကမှာ အောင်မြင်မှုရတဲ့သူတွေ၊ ချမ်းသာတဲ့သူတွေက နည်းပြီး မအောင်မြင် သူတွေ၊ ဆင်းရဲသူတွေက များနေတယ်။

လူတွေဟာ ဘယ်အရပ်မှာပဲမွေးမွေး၊ ဘယ်နက္ခတ်နဲ့ ကြုံကြိုက်ပြီး ပဲမွေးမွေး၊ ဘယ်လိုစိတ်မျိုးရိုးကပဲ ဆင်းသက်လာ ဆင်းသက်လာ လူဖြစ်တဲ့အတွက် သူ့မှာ သမုဒ္ဒရာလောက်ကြီးတဲ့စွမ်းပကားရှိတာ အမှန်ပဲ။ အဲဒီစွမ်းပကားကို ထုတ်သုံးကြတဲ့လူတွေအတွက် အထီးကျန် မှုဆိုတဲ့ ဝေါဟာရ မရှိဘူး။ လူတွေရဲ့ဝီရိယသမိုင်း၊ စေတနာ မေတ္တာ သမိုင်းမှာ အထီးကျန်တာ မရှိဘူး။

အထီးကျန်စိတ်ကို ဖြိုချဖို့အတွက် သတ္တိမွေးရပါမယ်။ ကျယ်ဝန်း တဲ့စိတ်ကို မွေးရပါမယ်။ စိတ်ဓာတ် မကျဉ်းမြောင်း မသေးသိမ်ရပါ ဘူး။ ကိုယ်ချင်းစာတရား ရှိရပါမယ်။ ကိုယ်ချင်းစာတရားဆိုတာ မိမိနဲ့ ကိုယ်ချင်းစာသလို တစ်ပါးသူရဲ့စိတ်အတွင်းကို ဝင်ပြီးတော့ လည်း ကိုယ်ချင်းစာရပါမယ်။ အများအကျိုးကို သယ်ပိုးဆောင်ရွက် သူများအတွက် အထီးကျန်စိတ် ဝင်ရောက်ခိုအောင်းစရာ နေရာလွတ် မရှိပါဘူး။ ဖော်ရွေစိတ်ရှိရပါမယ်။ ဖော်ရွေစိတ်ဟာလည်း အထီးကျန် မှုကို ဖယ်ရှားနိုင်ပါတယ်။ ဘဝင်မြင့်တဲ့သူတွေအတွက် ဘုရားသခင်က သော်လည်းကောင်း၊ သဘာဝတရားကသော်လည်းကောင်း အထီး ကျန်စိတ်ကို လွှတ်ပေးလိုက်လေ့ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် အထီးကျန်မှု

ဟာ ဖော်ရွေမှုနည်းလာပြီ၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး ညံ့နေပါလား၊ အများအကျိုး ဆောင်ရွက်မှု အားနည်းနေပြီဆိုတဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချွတ်ယွင်းမှုကို သတိပေးတဲ့ အမှတ်အသားတစ်ခုပါပဲ။ ဒါကြောင့် အထီးကျန်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာပြီဆိုရင်တော့ မိမိရဲ့စိတ်ထားနဲ့ မိမိရဲ့ အပြုအမူကို ချက်ချင်းပြင်လိုက်လို့သာ အကြံပေးလိုတာပါပဲ။

■

မေတ္တာစစ်မှာ အပိုရှုံးရည် သန့်စင်မှုရှိတယ်။ အရုံး အမှုးအချစ်ကတော့ လိင်ကိစ္စအတွက် ထာဝစဉ် ဖြားယောင်းမှုရှိတယ်။

မေး ။ ။ ကျွန်တော် တိုတိုပဲ မေးချင်တယ်။ မေတ္တာစစ် မေတ္တာ မှန်နဲ့ အရှုးအမူးအချစ်ကို ဘယ်လိုခွဲမလဲ။ ကျွန်တော် ချစ်နေတဲ့အချစ်ကို မေတ္တာစစ်လား၊ အရှုးအမူးလား မခွဲခြားနိုင်ဘဲ ရှိနေပါတယ်။

(အောင်သူထက်-ပြင်ဦးလွင်)

ဖြေ ။ ။ နှလုံးသားဟာ အစဥ်းလဲဆုံးအရာလို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီတော့ နှလုံးသားနဲ့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တဲ့ကိစ္စတွေဟာ အရှုးအမူး အချစ်တွေ ဖြစ်တတ်တာ များပါတယ်။ ဒီတော့ မေတ္တာစစ်မေတ္တာမှန်နဲ့ အချစ်ကို လိုချင်တယ်ဆိုရင်တော့ မိမိရဲ့နှလုံးသားကို အစောင့်ချထား ရပါမယ်။ နှလုံးသားကို စောင့်ကြပ်ဖို့ အစောင့်ချထားရမယ့်သူနှစ်ဦး ကတော့ ပညာနဲ့ သတိပါပဲ။ ဒီတော့ မေတ္တာစစ် မေတ္တာမှန်ကို ရယူဖို့ဆိုရင် ပညာလည်းလိုအပ်၊ သတိလည်း လိုအပ်တယ်လို့ ဆိုရမှာ ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ပညာဆိုတာကတော့ တက္ကသိုလ်ကြီးတွေ၊ အထက် တန်းဆိုင်ရာ ပညာတွေကိုချည်း ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး။ ဘဝအတွေ့

အကြံ့ ကြွယ်ဝတာဟာလည်း ပညာရပ်ပါပဲ။ ပညာကို တက္ကသိုလ် ပညာမှ ပညာပဲလို့ သတ်မှတ်ရင် အချစ်ကိုလည်း ပညာကစောင့်ကြပ် ရမယ်ဆိုရင် မေတ္တာစစ်မေတ္တာမှန်ကို တက္ကသိုလ်ပညာတတ်တွေချည်း ရကုန်မှာပေါ့။ အရူးအမူးအချစ်နဲ့တွေ့လို့ ဆွေးနေကြရတာလည်း မျက်မြင်ပဲမဟုတ်လား။ ဒီတော့ ပညာဆိုတာ အတန်းပညာ၊ တက္ကသိုလ် ပညာသာမက ဘဝအတွေ့အကြုံတွေကိုလည်း ပညာလို့ သတ်မှတ်ရ မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကြေကွဲစရာကောင်းသောအရာမှာ နှစ်စဉ် များပြားလှစွာသော စုံတွဲများဟာ အချစ်စစ်အချစ်မှန်လို့ မှတ်ထင်ယုံကြည်ပြီး ငွေကုန်ကြေး ကျခံ မင်္ဂလာဆောင်ပြီးကာမှ မကြာမီအချိန်အတွင်း အမှားကြီးမှားမိ ကြတာတွေ ရှိပါတယ်။ ဆုံးရှုံးမှုက ဘယ်လောက်ကြီးမားသလဲ။ ငွေ ရော၊ ပစ္စည်းရော၊ ဂုဏ်သိက္ခာရော၊ မေတ္တာတရားရော ဘဝရဲ့ တစ်စိတ်တစ်ဒေသပါ ဆုံးရှုံးရတာပါပဲ။ အချစ်စစ် အချစ်မှန်ကို အဓိကဖုံးအုပ်တဲ့အရာကတော့ လိင်စိတ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လိင်စိတ်ဟာ အရူးအမူးကိုလည်း မွေးဖွားပေးပါတယ်။ လိင်စိတ် ဒါမှမဟုတ် အဲဒီ အရူးအမူးအချစ်ဟာ ဘာနဲ့တူသလဲဆိုရင် စာအုပ်တစ်အုပ်ထဲ မှာ ဆိုထားတာက သိုးများသည် သားသတ်ရုံသို့ သွားကြသည့်အလား၊ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးတို့သည် အချစ်စိတ်မွှန်ခြင်း၏ ဖြားယောင်း မှုကြောင့် တံလျှပ်ကိုရေထင်ကာ ရွှေသမင်အလိုက်မှားဘိအလား အိမ်ထောင်ကျကုန်၏လို့ ရေးထားပါတယ်။

ဒီတော့ မိမိအချစ်ဟာ အရူးအမူးအချစ် မဖြစ်ဖို့၊ မေတ္တာမှန်ဖြစ်ဖို့၊ ဘယ်ဟာက အရူးအမူးအချစ်လဲ၊ ဘယ်ဟာက မေတ္တာစစ်မေတ္တာမှန်

လဲဆိုတာ ခုနပြောတဲ့ ပညာနဲ့ သတိကို အရင်းတည်ပြီး ခွဲခြားနိုင်ရ ပါမယ်။

မေတ္တာစစ်နဲ့ အရူးအမူးအချစ်ကို ခွဲခြားကြည့်ကြရအောင်ပါ။

(၁) မေတ္တာစစ်ဟာ တစ်ကိုယ်ကောင်း မကြံစည်တတ်ပါဘူး။ မေတ္တာစစ်ဟာ တစ်ဖက်သားရဲ့အကျိုး၊ အများအကျိုးကို သယ်ပိုး တတ်တဲ့စိတ် ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အရူးအမူးအချစ်ကတော့ တစ် ကိုယ်ကောင်းဆန်တယ်။ ချုပ်ချယ်လွန်းတယ်။ သူဟာ ငါ့အတွက် ဘာလုပ်ဆောင်ပေးသလဲလို့ စဉ်းစားတတ်ပါတယ်။

(၂) မေတ္တာစစ်ဟာ ရုတ်ခြည်း စိတ်မဝင်လာပါဘူး။ နှစ်ရှည် လများ ကုန်လွန်စေပြီးမှ မေတ္တာဝင်လာတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြန်မာတွေဟာ သုံးနှစ်သုံးမိုး စောင့်ပြီး လက်ထပ်ကြတာပါ။ အရူး အမူးအချစ်က မြန်တယ်။ နာရီပိုင်းလည်းဖြစ်နိုင်သလို ရက်ပိုင်းအတွင်း လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။

(၃) မေတ္တာချစ်ဟာ ရုပ်ရည်အလှအပတစ်ခုတည်းကိုသာမက ဘူး၊ ပင်ကိုစရိုက်အရည်အသွေး၊ အရည်အချင်း၊ တည်ကြည်မှု စသည် တို့လည်း ပါဝင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အရူးအမူးအချစ်မှာကတော့ တစ်ဖက်သားရဲ့ ရုပ်ရည်တစ်ခုတည်းကိုပဲ ခံမင်စွဲမက်မိတတ်ပါတယ်။ သူ့မျက်လုံးလေးတွေက စိတ်ကူးယဉ်ဆန်လိုက်တာ၊ ရီဝေနေတာပဲ၊ သူ့ကိုယ်လုံးလေးက လှလိုက်တာ စသည်ဖြင့် ခံစားရတတ်မှုမှာ လိင်စိတ် ထင်ထင်ရှားရှား ပါဝင်နေပါတယ်။

(၄) မေတ္တာစစ်နဲ့ ချစ်သူတစ်ဦးဟာ မိမိမေတ္တာမျှသူအပေါ် ပို၍ သာ၍ကောင်းမွန်သောပုဂ္ဂိုလ်၊ ပိုမိုတော်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဖြစ်ဖို့

အမြဲလိုလားပါတယ်။ အရူးအမူး အချစ်ကတော့ အဲဒီလို အပြုသဘော ထက် မိမိအလိုနဲ့ မညီရင် ဖျက်ဆီးလိုတဲ့သဘော၊ အကြမ်းပတမ်း ပါဝင်တဲ့သဘော၊ ဖရိုဖရဲသဘောတွေ ပါဝင်ပါတယ်။

(၅) မေတ္တာစစ်ရှိသူဟာ အရှိအတိုင်း ရှုမှတ်တတ်တယ်။ ရိုးသား တယ်။ အပြစ်အနာအဆာရှိရင်လည်း ဒါကို ပြုပြင်ဖို့ အနုနည်းနဲ့ ကြိုးစားတယ်။ အပြစ်အနာအဆာရှိကဲ့တိုင် ချစ်မြဲချစ်နေတယ်။ အရူး အမူးအချစ်၊ လိင်အချစ်ကတော့ တွေ့တွေ့ချင်း ချစ်သော်လည်း လက်တွေ့မဆန်ဘူး။ အကျိုးအကြောင်းနဲ့ မစဉ်းစားဘူး။ တစ်ဖက် သားကို ခြောက်ပြစ်ကင်းသဲလဲစင်လို့ပဲ သတ်မှတ်ထားပြီး တစ်ဖက် သားမှာ ကြီးကြီးမားမား အပြစ်အနာအဆာ ရှိမယ်လို့ သံသယရှိတာ တောင် အဲဒါကို လျစ်လျူရှုပြီး ပိုးဖလံမျိုးလို မီးပုံတိုးဖို့ ဝန်မလေးတဲ့ လက္ခဏာ ရှိတယ်။

(၆) မေတ္တာစစ် မေတ္တာမှန်မှာ အဖြစ်သည်းမှု၊ သဘောကွဲလွဲမှု ရှိသော်လည်း ထုတ်ဖော်ဆွေးနွေးဖြေရှင်းလို့ ရတယ်။ အရူးအမူးအချစ် ကတော့ မကြာ မကြာ စကားများတယ်။ စကားများ အမြင်မတူတဲ့ အပေါ် ဘာကိုမှ မည်မည်ရရ မဖြေရှင်းနိုင်ဘူး။ အနမ်းနဲ့ ဖြေရှင်းလိုက် ကြတာက များပါတယ်။ အရူးအမူးအချစ်ရဲ့ လမ်းကြောင်းဟာ လိင်စိတ် အထွတ်အထိပ်ရောက်ဖို့ လမ်းကြောင်းကိုပဲ ဦးတည်နေတတ် ပါတယ်။

(၇) မေတ္တာစစ် မေတ္တာမှန်ဟာ တစ်ဖက်သားကို ပေးလိုကမ်းလို ခွဲဝေလိုတဲ့ဆန္ဒ ရှိပါတယ်။ အရူးအမူးအချစ်ကတော့ ရယူလိုခြင်းက များတယ်။ အထူးသဖြင့် ကာမဂုဏ်အာရုံရဲ့ စေခိုင်းမှုအတိုင်း အဲဒီ

အာရုံခံစား ရယူမှုကို အထူးအလေးပေးပါတယ်။ ကဲ…ဒီလိုဆိုရင် မောင်အောင်သူထက်၊ မေတ္တာနဲ့ အရူးအမူးအချစ်ကို အတော်အတန် ခွဲဝေနိုင်ပြီလို့ ယူဆပါတယ်။ ပြင်ဦးလွင်ဆိုတာ ပြင်ဦးလွင်သူတွေ ကိုယ်တိုင်က ခေတ်မီတယ်။ ချောတယ်။ ပန်းတွေပေါတဲ့ ပြင်ဦးလွင် မှာ ကလေးမလေးတွေကိုယ်တိုင်က ပန်းလိုလှနေကြတယ်။ ညှို့သည့် အချောအလှတွေကလည်း ပေါတော့ ဒီလိုနေရာမျိုးမှာက အရူးအမူး အချစ်မျိုး ဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။ မိမိရင်ထဲမှာ ပေါ်လာတဲ့အချစ်ဟာ အရူးအမူးအချစ်များလားလို့ သံသယရှိရင် အချိန်ဆွဲဖို့ ကြိုးစားပါ။ အချိန်ဆွဲရမှာက မိမိကိုယ်မိမိ အချိန်ဆွဲရမှာပါ။

မေတ္တာစစ်မေတ္တာမှန်ဟာ မိမိရဲ့ ငယ်စဉ်က တစ်ကျောင်းတည်း၊ တစ်ရပ်ကွက်တည်းမှာ ရှာရင်လည်း တွေ့တတ်ပါတယ်။ တစ်ရွာသား ကို ရည်းစားလုပ်ရင် မှားတတ်တယ်လို့လည်း ဆိုကြပါတယ်။

အရူးအမူးချစ်ခဲ့ဖူးသူ လူငယ်တစ်ဦးက အရူးအမူးအချစ်က မျက်ကန်းချစ်ဖြစ်ကြောင်း စုံလုံးကန်းပြီးမှ သိပါတယ်။ ကျွန်တော် သူ့ကို အရူးအမူးချစ်တုန်းက သူဘာလုပ်လုပ် ခြောက်ပစ်ကင်းနေတာ ပဲလို့ ပြောဖူးပါတယ်။ အရူးအမူးအချစ်ဟာ မေတ္တာအတုလည်း ဖြစ်တယ်။ စိတ်ကူးယဉ်ပြီး အတ္တဆန်တယ်။ အတ္တစိတ်ပေါ်မှာ အခြေခံ ပြုမူမှုမှန်သမျှဟာ ပျက်သုဉ်းတတ်တဲ့သဘော ရှိပါတယ်။

မေတ္တာစစ်ကတော့ သည်းခံတတ်တယ်၊ မနာလိုစိတ်လည်း နည်း တယ်။ ကြင်နာသနားတတ်မှုပါတယ်။ ကြွားဝါဟန်ဆောင်တာ မရှိ ဘူး။ မာန်မာန မရှိဘူး။ မလျောက်ပတ်တဲ့အပြုအမူကို မပြုဘူး။

ကိုယ်ကျိုးမရှာဘူး။ ဒေါသလည်းကင်းတယ်။ ဆင်ခြင်ဉာဏ်နဲ့ အပြန်အလှန် လေးစားမှုလည်းရှိတယ်။

မေတ္တာစစ်မှာ အပျိုရည်သန့်စင်မှု၊ လူပျိုရည်သန့်စင်မှု ရှိတယ်။ နှစ်ဦးစလုံးက စောင့်ထိန်းတတ်ကြတယ်။ မေတ္တာစစ်ဟာ အချိန်ရဲ့ တိုက်စားမှုကိုလည်း မဖြုန်းဘူး။ မေတ္တာစစ်ဟာ အချိန်နဲ့ မှတ်ကျောက်တင်လို့ရပါတယ်။ မေတ္တာစစ်တို့မည်သည် ညတွင်းချင်း ပေါက်ဖွားလာတာမျိုးလည်း မဟုတ်ဘူး။ နောက်တစ်ချက်မှာလိုတာက ကောင်းသောအိမ်ထောင်ဖက်ဆိုတာဟာ အလွန်စွဲမက်စရာကောင်းသူတစ်ဦး ဖြစ်ချင်မှဖြစ်ပေမယ်ဆိုတဲ့သဘောထားပဲ ဖြစ်ပါတယ်ကွယ်။

■

အိမ်ထောင်သည် ဘဝမှာလည်း ဆက်လက်ပိုးပန်းကြရပါမယ်။ ပိုးပန်းမှု ပြိုပျက်ခြင်းဟာ အိမ်ထောင်ပြိုပျက်ခြင်းပါပဲ။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ အန်ကယ်ရှင့်...

ကျွန်မအသက် ၂၆ နှစ် ရှိပါပြီ။ အိမ်ထောင်ရှင်တစ်ဦးပါ။ ကျွန်မတို့အိမ်ထောင်မှာ သားဦးလေးတစ်ယောက် ရှိပါတယ်။ သူက အခါလည်သားပဲ ရှိပါသေးတယ်။ ဆောင်းပါးတစ်ခုမှ အန်ကယ်က ပိုးပန်းတဲ့ကိစ္စကို ရည်းစားဘဝမှာလည်း ပိုးပန်းမှုရှိတယ်။ အိမ်ထောင်သည်ဘဝမှာလည်း ပိုးပန်းရမယ်။ အိုမင်းရင့်ရော်တဲ့အထိ လင်နဲ့မယား ပိုးကြရမယ်။ ပိုးပန်းမှုကုန်ဆုံးတဲ့နေ့ဟာ လင်မယား ကွာရှင်းပြတ်စဲတဲ့နေ့ပဲလို့ ဆိုထားပါတယ်။ အိမ်ထောင်သည်ဘဝပိုးပန်းမှုကို ရှင်းပြစေလိုပါတယ်ရှင်။

မခင်ထွေးဝင်း(ပုသိမ်)

ဖြေ ။ ။ ပုသိမ်က မခင်ထွေးဝင်းရေ...

များသောအားဖြင့် ပိုးပန်းတဲ့အလုပ်ဟာ သမီးရည်းစားဖြစ်ရင် ပြီးပြီ ထင်မှတ်ကြတာပဲ။ မပြီးသေးပါဘူး။ ရည်းစားဘဝမှာလည်း ဆက်ပြီး ပိုးပန်းရဆဲပါပဲ။ ဒါပေမယ့် တကယ့် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ပိုးခွင့်

ရတဲ့အချိန်ကတော့ အိမ်ထောင်ပြုပြီးတော့မှပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သမီးရည်းစား မဖြစ်ခင်က ပိုးပန်းတာဟာ ကြိုးစားရလွန်းတယ်။ သမီးရည်းစားဘဝရောက်တော့ ပိုးရတာက အတော်လေး ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်ရှိပါတယ်။ အပိုင်ဆုံးကတော့ လင်မယားဘဝရောက်မှ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ပိုးကြရတာက ပိုပိုင်ပါတယ်။ အိမ်ထောင်ပြိုပျက်ခြင်းဟာ ပိုးပန်းမှုပြိုပျက်ခြင်းပဲလို့ ဆိုကြတယ်။ ဒီတော့ အိမ်ထောင် မပြိုအောင်၊ မပျက်အောင် ပိုးပန်းမှုကလည်း မပြိုပျက်ဖို့လိုပါတယ်။ အနောက်နိုင်ငံသားတွေဟာ အိပ်ရာဝင်၊ အိပ်ရာထ ဇနီးမောင်နှံတို့ဟာ နှုတ်ဆက်ပြီးမှ အိပ်ရာဝင်ကြတယ်။ မနက်မိုးလင်းရင်လည်း ဂွတ်မောနင်းဒါလင်လို့ နှုတ်ဆက်တတ်ကြတယ်။ ဒါဟာ ပိုးပန်းတာပါပဲ။ သမီးရည်းစားဘဝ မွေးနေ့မှာ အမှတ်တရလက်ဆောင်ပေးတယ်။ သူကြိုက်တဲ့ပန်းလေးတွေ ပေးတယ်။ ချိန်းတွေ့ကြတယ်။ တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ဒါမှမဟုတ်ရင် အခွင့်ရရင် ရသလို တယ်လီဖုန်းဆက်တယ်။ ဒီနေ့ဝတ်လာတာလေးက သိပ်လှတာပဲ။ အချစ်နဲ့ သိပ်လိုက်တာပဲလို့ပြောတယ်။

ဒီလိုပဲ၊ လင်ရယ် မယားရယ်လို့ ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာလည်း ကိုယ့်ဇနီး၊ ကိုယ့်ခင်ပွန်းရဲ့မွေးနေ့မှာ အမှတ်တရ လက်ဆောင်ပေးတာကို ပျက်ကွက်လို့မရဘူး။ ဒါက သေမယ့်နှစ် မွေးနေ့အထိ ဆက်လုပ်သွားရမယ့်ကိစ္စ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့အတူပဲ ပန်းလက်ဆောင်ပေးတာတို့၊ အလှပစ္စည်းလေးတွေ လက်ဆောင်ပေးတာတို့ ဆိုတာကိုလည်း လုပ်ကြရမယ်။ သမီးရည်းစား ချိန်းတွေ့သလို လင်နဲ့မယားဟာ သမီးရည်စားဘဝက တွေ့ကြတဲ့ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်၊ ကော်ဖီဆိုင်၊ ပန်းခြံ၊ ရုပ်ရှင်ရုံတို့မှာ ချိန်းတွေ့ဖို့၊ လက်ဖက်ရည် အတူသွားသောက်ဖို့ လိုပါ

တယ်။ ကိုယ်က ရုံးမှာလုပ်နေရင်လည်း အိမ်ကဇနီးကို ဖုန်းလှမ်းဆက်တာတို့၊ အိမ်ကဇနီးကလည်း ရုံးကို ဖုန်းဆက်ပြီး နေ့လယ်စာစားဖို့ သတိပေးတာတို့ လုပ်ဖို့လိုပါတယ်။ ဒီလို အိမ်ထောင်သည်ဘဝမှာ ဆက်ပြီး နောက်ပိုးတဲ့အိမ်ထောင်တွေဟာ လင်မယား ကွဲတယ်ဆိုတာ မရှိနိုင်တော့ပါဘူး။ လင်တွေ၊ မယားတွေဟာ အိုမင်းမစွမ်းရှိတဲ့အထိ အပြန်အလှန် နောက်ပိုးကြရပါမယ်။

လင်မယား ကွဲတာဟာ အင်မတန်ဆွေးမြည့်နာကျင်ရတဲ့ ဖြစ်ရပ်ပါ။ လင်ကွာ မယားကွာကိစ္စကို ပိုးပန်းခြင်းက ဖယ်ရှားလို့ရပါတယ်။ လင်ကွာ မယားကွာကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်လို့ အက်စသာဖစ်ရှာဆိုတဲ့ လင်ကွဲ မယားကွဲ အတိုင်ပင်ခံ အမျိုးသမီးတစ်ဦးက ဘာပြောသလဲလို့ ဆိုရင် 'လင်မယားကွာရှင်းခြင်းဟာ ထိမ်းမြားခြင်းဘဝ သေဆုံးတာဖြစ်တယ်။ ဒီသေဆုံးမှုမှာ လင်နဲ့မယား အပါအဝင် ကလေးများဟာ ပူဆွေးဝမ်းနည်းကြရတယ်။ ရှေ့နေရှေ့ရပ်တွေကတော့ အဲဒီအသုဘကို လိုက်ပို့ပေးကြတဲ့သူတွေပဲ။ တရားရုံးကတော့ လင်မယားကွာရှင်းမှုရဲ့ သင်္ချိုင်းကုန်း ဖြစ်ရုံသာမက ခေါင်းကို ချိတ်ပိတ်ပြီး သေဆုံးသွားပြီဖြစ်တဲ့ ထိမ်းမြားမှုကို မြှုပ်နှံသင်္ဂြိုဟ်ရာဖြစ်တယ်'လို့ ဆိုတယ်။

ကဲ...အဲဒီတော့ လင်မယား ကွာရှင်းကြတဲ့၊ အိမ်ထောင်ပြိုကွဲရတဲ့ အဖြစ်က ဘယ်လောက်ဆိုးလဲ။ လင်မယား ကွဲကြပြီဆိုရင် (က) မိမိကိုယ်မိမိလည်း ပြန်လည်စီမံခန့်ခွဲရတယ် (ခ) ကလေးများကိုလည်း စီမံခန့်ခွဲရတယ် (ဂ) ဘဝသစ် စတင်ဖို့လည်း လုပ်ဆောင်ကြရတယ်။ ဒီလိုလုပ်ဆောင်မှုတွေဟာ ကြေကွဲမှုနှလုံးသားနဲ့ လုပ်ကြရတာချည်းပါပဲ။ အိမ်ထောင်မှု ပြိုကွဲကြရာမှာတော့ ကလေးတွေဟာ အကြောင်း

မဲ့ အပြစ်မရှိဘဲ ဓားစာခံတွေ ဖြစ်ကြရတာပေါ့။ ကလေးတွေဟာ သူငယ်ချင်းတွေရဲ့ အဝေဖန် ခံကိုခံကြရတယ်။ မိတစ်ကွဲ ဖတစ်ကွဲ နေကြရတယ်။ လင်နဲ့မယား ကွဲကြပြီဆိုရင် ပိုင်ဆိုင်မှု တစ်ခုစီကို လည်း စွန့်လွှတ်လိုက်ကြရတယ်။ သူကလည်း ကိုယ့်ကို မပိုင်တော့သလို ကိုယ်ကလည်း သူ့ကိုမပိုင်တော့ဘူးလေ။ ဒီလိုဆိုးဝါးတဲ့ လင်နဲ့ မယားကွဲကွာမှုဆိုတဲ့ ချောက်ကြီးနဲ့ ဘယ်တော့မှ မတွေ့ကြရအောင် လင်နဲ့မယားဟာလည်း လက်ထပ်တဲ့နေ့ကစပြီး အပြန်အလှန် ပိုးပန်း မှုတွေ စတင်ကြရတယ်။ မင်္ဂလာအခမ်းအနားတွေမှာ သတို့သမီးနဲ့ သတို့သား အပြန်အလှန် အစားအစာတွေကို ခွံ့ပေးတာတို့၊ ခရစ်ယာန် သာသနာမှာဆိုရင် အကြင်သတို့သားနဲ့ သတို့သမီးဟာ ပရိသတ် ရှေ့မှာ မွှေးမွှေးပေးပြတာတို့ဟာ လင်နဲ့မယားဖြစ်လာတဲ့ ကာလ တစ်လျှောက်မှာ လင်နဲ့မယားဟာ တတ်နိုင်ရင် မုန့်ခွံ့ကျွေးကြဖို့၊ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ကြင်နာတတ်မှုတွေ ဆတိုးဖို့၊ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ မေတ္တာ ပွားကြဖို့ သင်ကြားပေးလိုက်ကြတာပါ။ ဒါပေမယ့် တကယ်တော့ သတို့သမီး၊ သတို့သားဘဝကနေ အိမ်ထောင်ရှင် ဖြစ်လာတယ်ဆိုရင် ပဲ ပိုးပန်းတာတွေ အားလုံးရပ်ဆိုင်းပြီး တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ယုယတာ တွေလည်း လျော့ကုန်ကြတယ်။ လင်မယားတွေဟာ လင်ကလည်း အလုပ်လုပ်၊ ပိုက်ဆံရှာရတဲ့အလုပ်နဲ့ မယားကလည်း ထမင်းချက်၊ ကလေးမွေးတဲ့အလုပ်ပဲ သီးခြားစီလုပ်နေကြတဲ့ဘဝကို ရောက်တာက များပါတယ်။

အိမ်ထောင်သည်ဘဝ ပိုးပန်းမှုဆိတ်သုဉ်းရင် လင်နဲ့မယားအကြား မှာ အကျိုးမဖြစ်ထွန်းတဲ့ ဆက်ဆံမှုတွေကတော့ လင်နဲ့မယားဟာ

ဆိုဖာထိုင်ခုံရဲ့ ဟိုဘက် ဒီဘက် တစ်ဖက်တစ်ချက်စီမှာတော့ ထိုင်နေကြတာပဲ။ ဒါပေမယ့်…ငါ့ကို လာမထိနဲ့၊ ငါ့ကို လာစကားမပြောနဲ့၊ ငါ အေးအေးဆေးဆေးနေပါရစေ စသည်ဖြင့် ရင်ထဲက ပြောနေဖြစ်ကြတယ်။ စကားမပြောကြတဲ့တိုင် သူတို့ဟာ အကျိုးမရှိတဲ့ဖြစ်ထွန်းမှုနဲ့တော့ စိတ်ချင်း ဆက်သွယ်နေတတ်ကြပါတယ်။ ဒါမျိုးမဖြစ်ဖို့ အလိုအပ်ဆုံးအရာကတော့ လင်မယားဘဝမှာ ဆက်လက်ပိုးပန်းနေကြဖို့ပါပဲ။

တစ်ခါက ရုံးကပြန်လာတဲ့ယောကျ်ားဟာ သတင်းစာကို ခေါင်းစဉ်ကစပြီး တစ်စောင်လုံး ဖင်ပြန်ခေါင်းပြန်ဖတ်နေတယ်။ ဒါကို မခံမရပ်နိုင်တဲ့ဇနီးက ရှင် ဒီလောက် သတင်းစာဖတ်နေရင် သတင်းစာပဲ ယူထားလိုက်ပေါ့။ ကျွန်မကို ဘာဖြစ်လို့ယူတာလဲလို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီတော့ ခင်ပွန်းဖြစ်သူကလည်း မင်းလည်း ဗွီဒီယိုပဲကြည့်နေတော့ ငါစကားပြောတာကို မကြိုက်မှန်းသိလို့ ပါးစပ်မဟာမိအောင် သတင်းစာဖတ်နေတာပါလို့ ပြောပါတယ်။

လင်မယားဘဝမှာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး၊ တစ်မိသားနဲ့ တစ်မိသား အမြင်မတူတာတွေ၊ ငယ်ငယ်က ကြီးပြင်းလာခဲ့ရတဲ့ မိသားစုသဘာဝချင်း မတူတာတွေကြောင့် သဘောထားချင်း တူညီဖို့ဆိုတာ အတော်ခဲယဉ်းပါတယ်။ သမီးရည်းစားဘဝမှာတော့ မိမိရဲ့ ပင်ကိုစရိုက်တွေကို တတ်နိုင်သမျှ ဖုံးပြီး ဟန်ဆောင်နေခဲ့သမျှ အတူနေတော့မှ ပေါ်တာကိုး။ ဒီတော့ အတူနေတဲ့အခါမှာလည်း အရင်က ဖုံးဖိနေထိုင်ခဲ့တဲ့အတိုင်း မိမိရဲ့ စရိုက်ဆိုး၊ အကျင့်ဆိုး၊ မဖွယ်ရာ မယဉ်ကျေးတာတွေကို အပြီးပိုင် မြေမြှုပ်ထားပြီး သမီးရည်းစားဘဝ ဆက်လက်

ပိုးပန်းနေသလိုပဲ ဆက်ပြီး ပိုးပန်းဖို့ လိုပါတယ်။ အိမ်ထောင်သည်ဘဝ ပိုးပန်းမှုကို အိုမင်းရင့်ရော်တဲ့အထိပြုလုပ်ကြရပါမယ်။ ဒါမှ အိမ်ထောင်ရေးဟာ သာယာစိုပြည်တဲ့အိမ်ထောင်ရေးကို ဖန်တီးနိုင်ကြပါမယ်။

ငယ်ရွယ်သောအိမ်ထောင်များရော အိမ်ထောင်သက် ရလာတဲ့ အိမ်ထောင်ရှင်တွေပါ အပြန်အလှန် ဆက်လက်ပိုးပန်းကြရင်း ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့တဲ့ မိသားစုဘဝကို တည်ဆောက်ကြပါဟု တိုက်တွန်းလျက်...။

■

အပျိုရည် အပျိုသွေးဟာ မိန်းမငယ်ဘဝအတွက် အဖိုးအနဂ္ဃထိုက်တန်တဲ့ ရတနာပဲ။ ဒါကို မိမိ ခင်ပွန်းသည်ကို လက်ထပ်တဲ့နေ့မှာ မင်္ဂလာ လက်ဆောင်အဖြစ် ပေးအပ်ဖို့ အခါပဏီ တပ် ကြီးချပြီး စောင့်ရှောက်ထားရမယ်။

မေး ။ ။ ဆရာချစ်စံဝင်း ရှင့်...

ကျွန်မဟာ အလုပ်တစ်ဖက်နဲ့ စာပေးစာယူတက်နေသူတစ်ဦး ပါ။ မိန်းကလေးတစ်ယောက်အတွက် အပျိုရည်သန့်စင်ခြင်း၊ အပျိုစင် ဖြစ်ခြင်းရဲ့အကျိုးနဲ့ အပျိုရည်ပျက်ခြင်း၊ အပျိုစင်ဘဝ ဆုံးရှုံးခြင်းရဲ့ အပြစ်ကို တိတိကျကျ ကွဲကွဲပြားပြား သိချင်ပါတယ်။

မြနန်းနွယ်(ရွှေဘုံသာလမ်း၊ ရန်ကုန်)

ဖြေ ။ ။ အပျိုစင်ဖြစ်ခြင်း၊ လူပျိုစင်ဖြစ်ခြင်း၊ အပျိုရည် လူပျို ရည် သန့်သန့်နေထိုင်ခြင်းဟာ ငယ်ရွယ်သူတို့အတွက် အကြီးကျယ် အမြင့်မြတ်ဆုံးသော ဂုဏ်ဒြပ်တစ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ လူပျို၊ အပျိုဘဝ လိင်ဆက်ဆံတာကို မိဘကရော လူ့လောကကပါ ခွင့်ပြုထားတာ မရှိပါဘူး။ အပျို၊ လူပျိုဘဝ သံဝါသပြုမှုဟာ တရား မဝင်ဖြစ်တဲ့ကိစ္စ၊ ခိုးကြောင်ခိုးဝှက်ကိစ္စတစ်ခုသာ ဖြစ်ပါတယ်။ အပျိုရည်သန့်သန့်နေထိုင်ခြင်းဟာ လူငယ်များအား ဘေးဥပါဒ်များမှ ရှောင်ရှားနိုင်ဖို့အတွက် အထောက်အကူပြုပါတယ်။ မိမိတို့ဟာ မိမိ

ချစ်သူကို ချစ်မြတ်နိုးတယ်ဆိုရင် မိမိတို့ရဲ့ အပျိုရည်ကို မိမိတို့စောင့်ရှောက်ကြရပါမယ်။ ငယ်ရွယ်သူတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့ အပျိုရည်လူပျိုရည်ကို မြို့ရိုးသဖွယ်၊ ရဲတိုက်သဖွယ် ကာကွယ်ဖို့ လိုပါတယ်။ လူပျို အပျိုတွေဟာ တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ရမယ်။ ဘယ်ကာလအထိ ထိန်းသိမ်းရမလဲဆိုရင် မင်္ဂလာဦးညအထိ ထိန်းသိမ်းနိုင်ကြရမယ်။ အပျိုရည်ဘဝ ထိန်းသိမ်းနိုင်မှုဟာ မြင့်မြတ်သောသီလကို ဆောက်တည်မှုလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့အိမ်ထောင်ဖက်ဟာ ဘယ်သူမဆို အပျိုစင်ဘဝကို အလိုချင်ဆုံး၊ အနှစ်သက်ဆုံးပါပဲ။ မင်္ဂလာဆောင်တဲ့အခါ မိတ်ဆွေသင်္ဂဟတွေ၊ ဆွေမျိုးတွေကပစ္စည်းတွေ အမျိုးမျိုးပေးကြပါတယ်။ မိဘ၊ အဘိုး အဘွားတွေကလည်း တန်ဖိုးရှိတဲ့ တိုက်တာအိုးအိမ်၊ ရတနာပစ္စည်းတွေ၊ မော်တော်ကားတွေထဲမှာ သတို့သမီးရော သတို့သားပါ အတပ်မက်ဆုံး အလိုချင်ဆုံး၊ တန်ဖိုးအထားဆုံးလက်ဆောင်ကတော့ မိမိရဲ့ အိမ်ထောင်ဖက်ဆီက အပျိုရည်သန့်စင်မှုဆိုတဲ့လက်ဆောင်ကို အတပ်မက်ဆုံး ရယူချင်ကြတာပါပဲ။ မိမိက လူပျိုရည် မရှိတော့တဲ့တိုင် မိမိအိမ်ထောင်ဖက်ဆီက အလိုချင်ဆုံးအရာကတော့ အပျိုရည်သန့်စင်မှုကိုပဲ လိုချင်တတ်ကြတာပါ။

ဒါကြောင့် လူငယ်တွေဟာ မိမိရဲ့အိမ်ထောင်ဖက်ကို သန့်စင်တဲ့အကျင့်သီလပါရှိတဲ့ အပျိုရည်၊ အပျိုသွေးကို မင်္ဂလာဦးလက်ဆောင်အဖြစ် ပေးအပ်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားကြရပါမယ်။ အပျိုရည်သန့်စင်နေတဲ့သူနဲ့ တရားမဝင် သံဝါသပြုဖူးတဲ့ လူငယ်တွေဟာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရမတူညီတော့ပါဘူး။ အပျိုရည်သန့်စင်တဲ့လူငယ်တွေဟာ ရိုးသားတယ်၊

ပွင့်လင်းတယ်၊ ယုံကြည်စိတ်ချမှုတွေနဲ့ ပြည့်ဝနေတယ်။ ပိတုန်းလိပ်ပြာတွေ လာရောက်ရူးဆွတ်စားသုံးခြင်းမခံရသေးတဲ့ ပွင့်သစ်စပန်းတစ်ပွင့်လို လှပနေတယ်။ နောက်ပြီး အမြဲတမ်း ကြည်ကြည်လင်လင် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်လည်း ရှိပါတယ်။

အပျိုရည်ပျက်ခံရတဲ့သူတစ်ယောက်ကတော့ သူ အပျိုရည်ပျက်ခဲ့ကြောင်း ဘယ်သူ့ကိုမှ မပြောရင်ရှိရမယ်။ သူ့မှာ လုံခြုံမှုမရှိတော့ဘူး။ သူဟာ ပြစ်မှုတစ်ခုခု ကျူးလွန်ခဲ့မိသလို ခံစားရစမြဲပါပဲ။ သူ့ကိုယ်သူ ယုံကြည်မှုလည်း မရှိတော့ဘူး။ ခိုးကြောင်ခိုးဝှက်စိတ်တွေလည်း ဝင်လာတယ်။ မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားမှုလည်း မရှိတော့ဘူး။ အဲ... အဆိုးဆုံးကတော့ တစ်ကြိမ် တရားမဝင် သံဝါသပြုမိတဲ့သူတစ်ယောက်ဟာ ဒီကိစ္စကို ထပ်ခါ ထပ်ခါ မှားတတ်တာပါပဲ။

တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုခဲ့မိတဲ့ စုံတွဲတစ်တွဲရဲ့ နောက်တစ်နေ့ ခံစားရတဲ့ ခံစားချက်တွေကို ဆန်းစစ်ကြည့်ကြရအောင်ပါ။ တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုခဲ့တဲ့ မိန်းကလေးတစ်ယောက်ဟာ နောက်တစ်နေ့မှာ ငါတို့ မှားပြီ၊ ငါတော့ အပျိုရည်ပျက်ပြီ၊ ငါ့ရဲ့ အပျိုရည်မာန သစ်စိမ်းချိုး အချိုးခံရပြီဆိုပြီး သိမ်ငယ်ရတဲ့ဘဝကို ရောက်သွားတော့တာပါပဲ။ တစ်ခါက မိန်းကလေးတစ်ယောက်ဟာ အဲဒီလို အလိုတူ တရားမဝင်လိင်ဆက်ဆံမှုပြုပြီးတဲ့ နောက်တစ်နေ့မှာ အဲဒီယောကျ်ားလေးကို အလွန်စက်ဆုပ်ရွံရှာစွာနဲ့ အမုန်းကြီးမုန်းသွားတယ်လို့ ဆိုဖူးပါတယ်။ နောက်တစ်ချက်က တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုပြီးတဲ့နောက်မှာ ယောကျ်ားလေးရော မိန်းကလေးဘက်ကပါ တစ်ယောက်အပေါ်တစ်ယောက် ခံစားချက်ဟာ အရင်ကလောက်

မပြင်းထန်ဘဲ ရှိလာ တတ်တာပါပဲ။ မာရီယားဆိုတဲ့ မိန်းကလေးတစ်ယောက် အလားအတူ ဆက်ဆံမှုပြုမိပြီးတဲ့အခါမှာ "ကျွန်မကိုယ်ကျွန်မ ဒီလောက်တောင် ပျော့ပျော့ညံ့ညံ့ဖြစ်ရမယ်လို့ မထင်ဘူး။ ကျွန်မရဲ့ ပျော့ညံ့မှုအတွက် ကျွန်မကိုယ် ကျွန်မလည်း မုန်းမိပါတယ်။ ကျွန်မရည်းစားကိုလည်း ကျွန်မ မုန်းတယ်။ နောက်တစ်ကြိမ် သူနဲ့တွေ့တဲ့အခါမှာ ကျွန်မ သူ့ကို မီးကုန်ယမ်းကုန် ရိုက်နှက်ပစ်ပြီး ကျွန်မ ငိုချလိုက်မိတယ်။ ကျွန်မတို့က လိင်ဆက်ဆံမှုပြုရင် ပိုပြီး ရင်းနှီးမယ်၊ ရည်းစားဘဝ ပိုခိုင်မြဲမယ်လို့ထင်တာ၊ မဟုတ်ပါဘူး။ သူနဲ့ကျွန်မ လမ်းခွဲခဲ့ရတယ်"လို့ ဆိုပါတယ်။

အိမ်ထောင်ရေးသာယာမှုဆိုင်ရာစာအုပ်တစ်အုပ်ကို ရေးသားခဲ့သူ သုတေသီတစ်ဦးက အိမ်ထောင်မှုမတိုင်မီ လိင်ဆက်ဆံခဲ့သော စုံတွဲများသည် ၎င်းကို ရှောင်ကြဉ်ခဲ့ သော စုံတွဲများထက် အိမ်ထောင်ကွဲဖို့ အကြောင်းတရား ပိုများတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုက သဝန်ကြောင်ခြင်းနှင့် မယုံသင်္ကာဖြစ်ခြင်းတို့ကို ပေါက်ပွားစေတယ်လို့လည်း ဆိုပါတယ်။ လူငယ်တစ်ဦးက "သူဟာ ငါနဲ့တောင် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုခဲ့တာပဲ။ နောက်တစ်ယောက်နဲ့လည်း ဆက်ဆံဖို့ ဘယ်ဝန်လေးတော့မလဲလို့ တွေးပြီး သူ့ကိုလည်း အထင်သေး၊ သဝန်ကြောင်တာနဲ့ သံသယဖြစ်တာ၊ မယုံသင်္ကာဖြစ်တာတွေလည်း ရှိလာခဲ့တယ်"လို့ ဆိုပါတယ်။

သမီးရည်းစားဘဝ လိင်ဆက်ဆံမှုပြုခြင်းသည် လူပေါင်းစုံနှင့် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုခြင်းကို အစပျိုးရာလည်း ရောက်ပါ၏။ လူပေါင်းစုံနှင့် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုသူ အများစုကြီးဟာ သမီးရည်းစားဘဝက တရား

မဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုခဲ့သူတွေ အများစုကြီးဖြစ်နေတာ တွေ့ရပါတယ်ဟု နိုင်ငံခြားသုတေသီ လုပ်ငန်းတစ်ရပ်က ဆိုပါတယ်။ လူငယ်တွေဟာ တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုသာ ပြုကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ အတွင်းစိတ်က ဒါ မမှန်ကန်ကြောင်း သိနေကြတယ်။ အဲဒီလို သိနေရာက ငါ့ရဲ့ လက်ရှိ နေပုံ ထိုင်ပုံဟာ ငါ့အစွမ်းအစအားလုံးကို သဲထဲရေသွန်ဖြစ်ရ၊ အလဟဿဖြစ်ရတော့တာပဲလို့လည်း သူ့ကိုယ်သူ ယုံကြည်ယူဆ ဖမ်းစားခြင်းခံနေကြရတာပါပဲလို့လည်း အခြားသုတေသနတစ်ရပ်က ဆိုပါတယ်။

အပျိုရည်အပျိုသွေးကို သန့်စင်အောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်တဲ့ လူငယ်တွေဟာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး မိမိဘဝကို မိမိ ထိန်းသိမ်းထိန်းကျောင်းနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းတွေ အလိုအလျောက် မွေးမြူပြီးသား ရရှိလာတတ်ပါတယ်။ စာအုပ်တစ်အုပ်ကတော့ တရားမဝင် ရည်းစားဘဝ လိင်ဆက်ဆံမှုပြုတဲ့အတွက် အကျိုးသက်ရောက်မှုက အဲဒီစုံတွဲက အိမ်ထောင်သည်ဘဝ ရောက်သည့်တိုင် မိမိဘက်တွင် ရပ်တည်မှု မရှိတတ်လို့ ဆိုပါတယ်။ အိမ်ထောင်ရှင် အမျိုးသမီးတစ်ယောက်က "ကျွန်မယောကျ်ားဟာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကျွန်မဘက်က ဘယ်ကိစ္စကိုမှ မရပ်တည်ခဲ့ဘူး။ ဒါ ဘာကြောင့်လဲလို့လည်း ကျွန်မ မစဉ်းစားတတ်အောင် ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒီလိုခံစားရတာဟာ သူ့ကို ရည်းစားဘဝတုန်းက ချစ်လွန်းလို့ ပုံအပ်ခဲ့တဲ့အပေါ်မှာ သူ့ရဲ့ အထင်အမြင်သေးစိတ်က ကျွန်မနဲ့အတူ မရပ်တည်ဖို့ လှုံ့ဆော်ခဲ့တာပါပဲ"လို့ ပြောခဲ့တာလည်း ရှိပါတယ်။

ပန်းမိုးတစ်ရာ စာပေ

သမ္မာကျမ်းစာထဲမှာတော့ "မတရားမေထုန်ခြင်းသည်၊ အိမ်ထောင်မှု မတိုင်ခင် မေထုန်ခြင်းသည် စိတ်ရင်း ကောင်းများကို တိုက်ယူသွားတတ်၏"လို့ ဆိုထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြန်မာလူငယ်တွေဟာ အပျိုစင်ဘဝ ထိန်းသိမ်းမှုကို စနစ်တကျ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းကြရမယ်လို့ ဦး ပြောချင်တာပါပဲ သမီးမြနန်းနွယ်ရယ်။

■

အပျိုစင်ဘဝသန့်စင်မှုသည် အကျိုး၊
အပျိုစင်ဘဝ ဆုံးရှုံးမှုသည် အပြစ်၊
အပျိုစင်ဆိုတာ ကျွန်ုပ်တို့ အဘိုး အဘွားများ
စောင့်ထိန်းခဲ့သည့်အရာ။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

ဖြေ ။ ။ ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က ရွှေဘုံသာလမ်းက သမီးမြနန်းနွယ် မေးတဲ့ မေးခွန်းကိုပဲ ဆက်ဖြေပါ့မယ်။ တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုကြောင့် အပျိုစင်ဘဝ ဆုံးရှုံးခြင်းရဲ့အပြစ်တွေ ဘာတွေလဲလို့ မေးထားတာ ရှိပါတယ်။ တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုဆိုတာကတော့ အိမ်ထောင်မကျခင် မိမိအိမ်ထောင်ဖက်နဲ့မဟုတ်တဲ့ အခြားတစ်ဦးဦးနဲ့ လိင်ဆက်ဆံတာကို တရားမဝင်ဆက်ဆံတာလို့ ခေါ်တာပါ။

ဒီအတွက်တော့ အရေးအကြီးဆုံး အချက်နှစ်ချက်က မိမိနဲ့ လိင်ဆက်ဆံတဲ့သူမှာ AIDS ရောဂါဆိုးကြီးရှိမယ်၊ HIV ရောဂါပိုး ရှိမယ်ဆိုရင် သူနဲ့ လိင်ဆက်ဆံမိတာဟာ ကိုယ့်သေတွင်းကိုယ်တူးတာနဲ့ အတူတူပါပဲ။ ဒါ့အပြင် အခြားကာလသားရောဂါတွေကလည်း ရှိဦးမယ်။ ကာလသားရောဂါပဲရရှိဦး၊ မိန်းကလေးတစ်ယောက်အနေနဲ့ ဒီကိစ္စကို အမေ့ကို ဘယ်လိုပြောရမလဲ။ ညီမ၊ အစ်မတွေကို ပြောလို့ကောင်းတဲ့ကိစ္စလား။ ဆရာဝန်ကိုပြောပြီး ကုသဖို့ဆိုတာတောင် ရှေ့မျက်နှာ နောက်ထားရမယ့်ကိစ္စ မဟုတ်ပါလား။ လိင်ဆက်ဆံမှုပြုတာကြောင့်ဖြစ်တာများတယ်လို့ အဆိုရှိပါတယ်။

နောက်တစ်ချက်က အပျိုဘဝနဲ့ ကိုယ်ဝန်ရှိလာရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ ကိုယ်ဝန်ကို တားစီးခွင့် ရှိပေမယ့် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခွင့် မရှိပါဘူး။ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချသူဟာ ရာဇဝတ်မှု ကျူးလွန်ရာ ရောက်ပါတယ်။ တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုများဟာ နှစ်ဦးချိန်းတွေ့ကြရာက မစောင့်စည်း၊ မထိန်းသိမ်းနိုင်ဘဲ လိင်စိတ်ရဲ့ စေ့ဆော်မှုကြောင့် ရုတ်ခြည်းဖြစ်ကြတာကများလို့ တရားမဝင် ဆက်ဆံမှုပြုမိကြတဲ့ လူငယ်တွေဟာ ကိုယ်ဝန်မရအောင်၊ ရောဂါမရအောင် အကာအကွယ်ပြုလုပ်ဖို့ အချိန်မရလိုက်ကြတဲ့အတွက် ဘာအကာအကွယ်မှ မပြုလုပ်မိကြလို့ ရောဂါရတာ၊ ကိုယ်ဝန်ရတာ ဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။ AIDS ရောဂါပဲရရ၊ အပျိုဘဝမှာ ကိုယ်ဝန်ဆောင်တဲ့အဖြစ်ပဲရောက်ရောက် လူငယ်ဘဝသာမကဘူး၊ တစ်ဘဝလုံး ပျက်သုဉ်းကြရတာပါပဲ။ သူတို့ဆီမှာ အပျိုဘဝ တရားမဝင် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုခဲ့တဲ့ ဆယ်ကျော်သက် ၄၀၀-ကို လေ့လာချက်တစ်ရပ် ပြုလုပ်ရာမှာ မိန်းကလေး အများစုက "ကျွန်မ ဒီလိုဖြစ်လာမယ်လို့ လုံးဝမထင်မိခဲ့လို့ ပြုမိတာပါ" ဟု ဆိုကြ၏။ ထိုသုတေသနပြုချက်က "ချက်ချင်း ကိုယ်ဝန်ရှမယ်လို့ မထင်ဘူး။ တစ်ခါတလေသာဖြစ်တဲ့ကိစ္စ၊ ကိုယ်ဝန်ရမယ်လို့ မမျှော်လင့်လို့" ဟူသော အဖြေများလည်း ရရှိခဲ့သည်ဟု ဆိုပါ၏။

တရားသေ စွဲစွဲမြဲမြဲမှတ်သားထားဖို့ လိုအပ်သောကိစ္စမှာ တစ်ကြိမ်ကိုယ်လက်နှီးနှောလိုက်ရုံမျှဖြင့် ကိုယ်ဝန်လည်း ရနိုင်သည်၊ HIV လည်း ရနိုင်သည်ဟု ဖြစ်ပါ၏။ လေ့လာချက်တစ်ရပ်က ဘာပြုလို့ ပဋိသန္ဓေတားဆေး မသုံးရတာလဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ ရော်ဘာအစွပ်ကို မသုံးကြတာလဲဟု မေးမြန်းသောအခါ အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း-

"အဲဒါတွေ စဉ်းစားဖို့ အချိန်မမီလိုက်ဘူး"

"အဲဒါတွေလုပ်ဆောင်ဖို့ အချိန်မရလိုက်ဘူး"

"ဒီလိုဖြစ်မယ်ဆိုတာလည်း ကျွန်မကိုယ်တိုင် မတွေးမိဘူး"

"ပဋိသန္ဓေတားဆေးစားရင် ကျန်းမာရေး ထိခိုက်တယ်ဆိုလို့"

"ဟို...အဲဒီရော်ဘာအစွပ်ဆိုတာလည်း နှစ်ယောက်စလုံး ပါမလာကြဘူး။ ပါလာရင်လည်း ဒီကိစ္စကို ကြိုတင် ကြံစည်ထားတာလို့ တစ်ဖက်က အထင်မှားမှာလည်းရှိတာယ်"ဟု ဖြေကြသည်ဟု ဆိုပါ၏။

လူငယ်တစ်ဦးက "ရည်းစားဘဝ လိင်ဆက်ဆံမှု မရှိရင် ဘယ်လို လုပ်ပြီး အကျွမ်းတဝင်ရှိမှုကို တည် ဆောက်နိုင်မှာလဲ"ဟု မေးဖူးသည်ဟု ဆိုပါ၏။ ရည်းစားဘဝ အကျွမ်းတဝင်ရှိမှုနှင့် ရင်းနှီးမှုကို လိင်ဆက်ဆံမှုဖြင့် တည်ဆောက်၍ မရနိုင်ပါ။ အနမ်း စသော ယုယကြင်နာမှု တစ်ခုတည်းနှင့်လည်း မတည်ဆောက်နိုင်ပါ။ အနမ်းသည် မေတ္တာစစ်နှင့် လှည့်စားမှုအကြား လှည့်စားမှုနှင့် ရမ္မက်ကို ပိုမိုပေးစွမ်းသောအရာဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြပါ၏။ ထို့ကြောင့် သမီးရည်းစားဘဝတွင် အနမ်းကိုပင် ရက်ရက်ရောရော မပေးအပ်။ ရက်ရက်ရောရော မခံယူအပ်။ လက်ပွန်းတတီး အလွန်အကျွံဖြစ်မှုသည် အနမ်းမှ စတာက များ၏။

ရည်းစားဘဝသည် ချုပ်တည်းရခက်ခဲသောကာလလည်း ဖြစ်၏။ သို့သော် ဖြစ်အောင် ချုပ်တည်းကြရမည်ဖြစ်သည်။ သမီးရည်းစားဘဝ ချိန်းတွေ့ကြရာတွင် ခန္ဓာကိုယ်ရင်းနှီးမှု မပါရအောင် နှစ်ဖက်စလုံးမှ သတိနှင့် ရှောင်ကြရမည်ဖြစ်၏။ ရည်းစားဘဝ ဆိုသည်မှာ မိမိ လှောင်ချိုင့်ထဲတွင် လှပသောငှက်ကလေးတစ်ကောင် မွေးမြူထားရှိ

ခြင်း ဖြစ်ပါ၏။ ထိုငှက်ကလေးကို ချစ်ခင်ယုယသည်၊ အစာကျွေးမွေး စောင့်ရှောက်သည်၊ သို့မဟုတ် ငှက်ကလေးအား လှောင်ချိုင့်အတွင်းမှ ပျံလိုရာပျံစေရန် လွှတ်ပေးလိုက်သည်။ ဤသည်က မေတ္တာတရားဖြစ်၏။ တရားမဝင်ရည်းစားဘဝ လိင်ဆက်ဆံမှုသည် မိမိ အရိပ်တကြည့်ကြည့်ဖြင့်မွေးထားသော လှောင်ချိုင့်ထဲမှ ငှက်ငယ်ကို ရိုက်သတ်ချက်ပြုတ်စားသောက်ခြင်း ဖြစ်ပါ၏။ သတ်စားသူကလည်း မသတ်စားသင့်သလို အသတ်စားခံရမည့်သူကလည်း အသတ်စားမခံပါနှင့်။

အကြင်လင်မယား လက်မထပ်မီ လိင်ဆက်ဆံမှု အတွေ့အကြုံရှိခြင်းသည် အိမ်ထောင်သာယာရေးအတွက်လည်း အထောက်အကူမပြုပါ။ အိမ်ထောင်သာယာရေးအတွက် အနှောင့်အယှက်သာ ဖြစ်ပါ၏။ လက်ထပ်သည့်ည အတွေ့အကြုံကို မိန်းကလေးတစ်ဦးက ပြန်ပြောပြရာတွင် "အဲဒီညက သူ သူ့ရဲ့သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အရက်သောက်ကြပြီး မိုးလင်းမှ အိမ်ပြန်ရောက်လာတယ်။ ဒါ ဘာကြောင့်လဲဆိုတာ ကျွန်မ သိပါတယ်။ လက်မထပ်ခင်ကတည်း၌ သူနဲ့ကျွန်မက ကိုယ်လက်ရင်းနှီးပြီးသားဖြစ်ခဲ့လို့ပါပဲ"ဟု ဆိုခဲ့ပါ၏။

အိမ်ထောင်ရေးသာယာမှုသည် ကိုယ်ကာယ ကျေနပ်မှု ရရုံသာမဟုတ်၊ လင့်ဝတ္တရား၊ မယားဝတ္တရား၊ အိမ်ထောင်ထိန်းသိမ်းခြင်း စသောကိစ္စများက ရှိသေးသည်။ ထို့ကြောင့် အိမ်ထောင်မပြုမီ တရင်းတနှီးဖြစ်မှုအားလုံး ထိန်းချုပ်ကြရမည်ဖြစ်၏။ ရည်းစားဘဝ လိင်ဆက်ဆံမှုကို လုံးဝရှောင်ကြဉ်ရမည်ဖြစ်သည်။ မြန်မာလူငယ်တိုင်း အပျိုရည် အပျိုသွေးကို ထိန်းသိမ်း ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ကြရမည် ဖြစ်သည်။ ဒါမှ မြန်မာလူငယ်ဟု အခေါ်ခံထိုက်စေရမည်ဖြစ်သည်။

မြန်မာလူငယ်တိုင်း အပျိုရည်၊ လူပျိုရည် ထိန်းသိမ်းနိုင်သော၊ မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်စိတ်ချရသော လူငယ်များ ဖြစ်ကြပါစေဟု ဆုတောင်းလျက်…။

■

သိမ်ငယ်စိတ်၊ ညှိုးငယ်စိတ်ကို အပြုသဘော
စိတ်ထားဖြင့် အစားထိုးပါ။ စိတ်ညှိုးငယ်လျှင်
ကိုယ်လက် လှုပ်ရှားမှုပြုပါ။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

ဖြေ ။ ။ ဆရာရှင့်၊ ကျွန်မဟာ သိမ်ငယ်တာတို့၊ စိတ်ညှိုးငယ်တာတို့ မကြာခဏ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် လုပ်ငန်းတစ်ခု မအောင်မြင်ရင် မိဘတွေမျှော်လင့်တဲ့အတိုင်း မလုပ်ဆောင်နိုင်ရင်၊ ဒါမှမဟုတ် အပြစ်တစ်ခုခု ဖြစ်ခဲ့ရင်၊ အမှားတစ်ခုခု လုပ်ခဲ့မိရင် စိတ်ညှိုးငယ်ခြင်း ဖြစ်ရပါသည်။ စိတ်ညှိုးငယ်ရင် ဘာလုပ်ရပါမလဲ။

သစ္စာဦး (လမ်းမတော်)

ဖြေ ။ ။ စိတ်ညှိုးငယ်ခြင်း၊ သိမ်ငယ်ခြင်း ... INFERIORITY, DEPRESSION စသည်တို့သည် လူငယ်များအတွင်း သာမန်ကိစ္စလေးမျှနှင့်ပင် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ တစ်စုံတစ်ရာ ထိခိုက်မှု ရှိလျှင်လည်း ညှိုးငယ်တတ်ပါတယ်။ လူငယ်တွေဟာ ပန်းကလေးလို နေထိုးရုံမျှနဲ့ ညှိုးတတ်ပါတယ်။ ဥပမာ ဆရာသမား၊ သူငယ်ချင်းများရဲ့ မျှော်လင့်ချက်ကို မဖြည့်စွမ်းနိုင်လည်း စိတ်ညစ်၊ စိတ်ဆင်းရဲဖြစ်တတ်ပါတယ်။ မိမိ အမြတ်တနိုးထားတဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခု ဆုံးရှုံးရင်၊ မိဘတစ်ဦးဦး သေဆုံးရင်၊ မိဘများ ကွာရှင်းပြတ်စဲကြရင်၊ အလုပ်

အကိုင် လက်လွတ်ဆုံးရှုံးရင်၊ ကျန်းမာရေးဆုံးရှုံးခဲ့ရင် စိတ်ကျခြင်း၊ ညှိုးငယ်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ လူငယ်များအတွက် မေတ္တာဆုံးရှုံးရခြင်း၊ အပယ်ခံရခြင်း၊ လျစ်လျူရှုခံရခြင်းတို့ကြောင့်လည်း ပြင်းပြတဲ့ ညှိုးငယ်မှုတွေကို ခံစားရတတ်ပါတယ်။

သမီးငယ် သစ္စာဦးကို ပြောချင်တာက စိတ်ကျ၊ စိတ်ညှိုးငယ်ခြင်း ဝေဒနာဟာ အတိမ်အနက်အမျိုးမျိုး ရှိတတ်ပါတယ်။ တချို့ စိတ်အားငယ်ကြတာ၊ သိမ်ငယ်ကြတာဟာ အခိုက်အတန့်ဖြစ်တာပါ။ အချိန်တိုအတွင်း ပြေပျောက်သွားတာတွေ ရှိပါတယ်။ တချို့ကျတော့လည်း စိတ်ညှိုးငယ်မှုဖြစ်စဉ်ဟာ ရှည်ကြာစွာ ခံစားရတတ်တာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။ ရှည်ကြာတဲ့အချိန်ထိ ညှိုးငယ်မှုဖြစ်ပြီဆိုရင်တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အသုံးမကျဟု ထင်မှတ်ခြင်း၊ ကြောင့်ကြခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်းတို့နဲ့ ယှဉ်ပြီး အကောင်းမမြင်နိုင်တဲ့ ခံစားမှုလည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ရှည်ကြာတဲ့သိမ်ငယ်မှုမျိုး ဖြစ်ရင်တော့ အရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒီကနေ မိမိကိုယ်မိမိ သတ်သေတဲ့အထိ ဖြစ်နိုင်လို့ ဆရာဝန်နဲ့ ကုသတိုင်ပင်ဖို့ လိုပါတယ်။

ညှိုးငယ်ရာက၊ သိမ်ငယ်ရာက စားမဝင်၊ အိပ်မပျော် ကိုယ်အလေးချိန်ကျပြီး မတော်တဆထိခိုက်မှုများလည်း ဆက်တိုက် ဖြစ်ပေါ်ခံစားရပါတယ်။

အခိုက်အတန့် စိတ်ညှိုးငယ်တာဟာလည်း ဖြစ်ပါများရင် ရှည်ကြာတဲ့ စိတ်ညှိုးငယ်မှုအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲသွားတတ်ပါတယ်။ အလွန်အမင်း စိတ်ကျမှု၊ စိတ်ညှိုးငယ်မှုဟာ သေစေတတ်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေနဲ့ ဆက်နွှယ်နေတယ်ဆိုတာ မမေ့ပါနဲ့။ အလွန်အမင်း စိတ်

ညှိုးငယ်ခဲ့ပြီဆိုရင် တစ်ဦးတည်း မနေပါနဲ့။ မိမိညှိုးငယ်သမျှကို မိဘ ဆရာသမား ရင်းနှီးသူတစ်ဦးဦးကို အမြန်ဆုံး ရင်ဖွင့်လိုက်ပါ။ တစ်ခုကတော့ ဆာလောင်မှုကြောင့်လည်း စိတ်ဓာတ်ကျမှု၊ ညှိုးငယ်မှု ဖြစ်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် အချိန်မှန်စားသောက်တဲ့ အလေ့အကျင့်ကို ပြုပါလို့ ပြောလိုပါတယ်။

စိတ်ကျမှု၊ စိတ်ညှိုးငယ်မှု ဖြစ်စဉ်တွေဟာ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့လည်း ပတ်သက်နေလို့ စိတ်ဓာတ်ကျ ညှိုးငယ်ရပြီဆိုရင် ကာယလေ့ကျင့်ခန်း တစ်မျိုးမျိုးပြုလုပ်လျှင် စိတ်ဓာတ်မြင့်တက်လာနိုင်ပါတယ်။ စိတ်ဓာတ် ကျခြင်းဟာ ခန္ဓာ နာမကျန်းဖြစ်ခြင်းရဲ့ လက္ခဏာတစ်ရပ်လည်း ဖြစ် တတ်ပါတယ်။

စိတ်ကျညှိုးငယ်ခြင်းအတွက် ကုသနည်းကတော့ မိမိမှာ သင့်တင့် မျှတတဲ့ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ထားရှိရပါမယ်။ မိမိစိတ်ဓာတ်ကိုလည်း အပြုသဘောသက်ရောက်အောင် ပြောင်းလဲယူရပါမယ်။ ကိစ္စတစ်ရပ် မအောင်မြင်ဖြစ်ရင် ငါ ညံ့လှချည်လား၊ ငါ ဖြစ်မှာမဟုတ်ပါဘူးလို့ မတွေးဘဲ ဒါ အခိုက်အတန့်ပဲ၊ ပြန်ကောင်းလာမှာပါလို့ တွေးပါ။ ညှိုးငယ်မှုခံစားရတဲ့ မိန်းကလေးတစ်ဦးက "ကျွန်မ စိတ်ဓာတ်ကျ ညှိုးငယ်မှုလည်းဖြစ်ရော ကျွန်မဟာ အထည်တွေကို တချပ်တည်း ထချုပ်ပစ်လိုက်တယ်"လို့ ပြောဖူးပါတယ်။ "ကြာတော့ ကျွန်မစိတ်ကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေတဲ့ အဲဒီအရာတွေဟာ မေ့သွားတော့တာပါပဲ" ဟု ဆက်ဆိုပါတယ်။

စိတ်ကျမှု၊ ညှိုးငယ်မှုဖြစ်လျှင် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုပြုပါ။ မိမိ နှစ်သက်ရာတစ်ခုခုကို ဝယ်ခြမ်းပါ။ မိမိစိတ်ကြိုက် ချက်ပြုတ်စား

သောက်ပါ။ ဈေးဝယ်ထွက်တယ်။ စာအုပ်ဆိုင်ကိုသွားပြီး စာအုပ်များကို လှန်လှောဖတ်ရှုပါ။ အပြင်ထွက် ထမင်းစားပါ။ သူငယ်ချင်းများနဲ့ စကားထာဝှက်ပါ။ မဂ္ဂဇင်းပဟေဠိများကို ဖြေကြားပါ။ ခရီးထွက်ခြင်းသည်လည်း ကုစားမှုတစ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။

ရင်ထဲတွင် ဝမ်းနည်းစရာ၊ ပူဆွေးစရာ ညှိုးငယ်စရာများကို ထားရှိလျှင် တစ်ယောက်တည်း ဝန်ထုပ်ကြီးကို ရွက်ထားရသကဲ့သို့ ရှိ၏။ ထို့ကြောင့် အကူအညီပေးနိုင်သောသူ၊ အရည်အချင်းရှိသူ တစ်ဦးအား အထုပ်ကိုဖြေခြင်းဖြင့် အများကြီး ပေါ့သွားနိုင်စရာရှိပါတယ်။ မြန်မာစကားပုံတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ **'သင့်နှလုံးသားကို မိဘအား ပေးပါ'** GIVE YOUR HEART TO' YOUR PARENTS ဆိုတဲ့ စကားရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် အထုပ်ဖြေရာမှာ မိဘများရှေ့မှာ ရှေးဦးစွာ သင့်အထုပ်ကို ဖြေပြပါ။ သူတို့သည် သင့်အကြောင်းကို သိရုံသာမက သင့်ပြဿနာကို ဖြေရှင်းပေးနိုင်သူများ ဖြစ်ပါတယ်လို့ အသိပေး ဖြေကြားအပ်ပါတယ်။

■

အဖြစ်မှန်ကို လက်ခံပါ။
ပူဆွေးမှုကို ထိန်းသိမ်းပါ။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ ကျွန်မရဲ့ ဖခင် ကွယ်လွန် ဆုံးပါးခဲ့တာ ခြောက်လ ရှိပါပြီ။ ကျွန်မတို့မိသားစုမှာ ပူဆွေးလို့ မဆုံးနိုင်သေးပါဘူး။ အပူမီး တောက်လောင်နေဆဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်မစိတ်ထဲမှာ အဖေသေပြီလို့ လက်မခံနိုင်ဘဲ ရှိနေပါသေးတယ်။ ကျွန်မအတွက် နေလုံးကြီး ဝင်သွားတာ၊ ရွှေတောင်ကြီး ပြိုသွားတာ၊ အားကိုးရာ မဲ့သွားတာ အစုံပါပဲ။ ကျွန်မစိတ်ထဲမှာ အဖေ မသေသေးဘူးလို့ဘဲ ထင်နေပါတယ်။ အဲဒါ ကျွန်မ ဘာလုပ်ရမလဲ။

(ထွေးထွေး–အလုံ)

ဖြေ ။ ။ မိသားစု၊ သားသမီး၊ မိဘ ညီအစ်ကို မောင်နှမတွေထဲက တစ်ဦးဦး ဆုံးပါးခဲ့ရင် မိမိတို့မြတ်နိုးသူ မသေသေးဘူးလို့ ထင်မှတ်စွဲမြဲတတ်ကြစမြဲပါပဲ။ သူ့ကို ရုတ်ခြည်း တွေ့လိုက်တာတို့၊ ရိပ်ခနဲ မြင်လိုက်ရတာတို့လည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါဟာ သူ့ကို မသေစေချင်၊ ရှင်သန်နေစေချင်တဲ့အစွဲက ဖြစ်လာတာပါပဲ။ ကာလနည်းနည်းကြာလို့ သူ သေပြီဆိုတာ အသိတရားက

လက်ခံလိုက်တဲ့တိုင် သူဟာ လူ့ဘဝကို လူဝင်စားဖြစ်ပြီးလာတယ်၊ သေဆုံးသွားတဲ့သူဟာ သူတို့သားချင်းတစ်ဦးဦးထံမှာ ဝင်စားတယ် စသည်ဖြင့် အစွဲရှိတတ်ကြပါသေးတယ်။

သေခြင်းတရားဆိုတာ ရှင်သန်မှုပျောက်ဆုံးရတဲ့အဖြစ်ပါ။ မိမိတို့ မြတ်နိုးသူ၊ တွယ်တာသူ ကွယ်လွန်တဲ့အခါ ပူဆွေးကြေကွဲရတာဟာ ဓမ္မတာပါပဲ။ တစ်ခါတလေ ကွယ်လွန်သေဆုံးတဲ့သူကိုတောင် ဒါ လောက် စောစောသေရသလားလို့ အပြစ်တင်တာမျိုး ရှိပါသေးတယ်။ သေလို့ အော်ငိုတဲ့အခါ မမက ညီမကို တစ်ကောင်ကြွက်ဖြစ်အောင် ထားခဲ့တာလားမမရဲ့လို့ဆိုပြီး အော်ငိုတတ်ပါတယ်။ တစ်ခါတလေ လည်း သူမသေခင် တို့ဘက်က ဘာပျက်ကွက်မှုရှိလဲဆိုတာကို စဉ်းစား ပြီး ပျက်ကွက်မှုရှိတယ်လို့ထင်ရင် ဖြေဆည်လို့မရနိုင်အောင် ပူဆွေး ဝမ်းနည်းမှု ဖြစ်ရတာပါပဲ။

ပူဆွေးဝမ်းနည်းရမှုဟာ ဓမ္မတာပါ။ သေခြင်းဆိုတဲ့ကိစ္စဟာ မလွဲ မသွေ တစ်ကြိမ်မဟုတ် တစ်ကြိမ် ဖြစ်ရမယ့်ကိစ္စ၊ ဘာသာတရားအရ လည်း ကွေးသောလက် မဆန့်မီ၊ ဆန့်သောလက်မကွေးမီ ဖြစ်တတ် တဲ့ကိစ္စဆိုတဲ့ အဆုံးအမကို လက်ခံရင် ပူဆွေးမှုကို ရင်ဆိုင်ရာမှာ များစွာ အထောက်အကူဖြစ်ပါတယ်။ သူ သေဆုံးသွားပြီ ဆိုတာကို လက်မခံရင်၊ အဖြစ်မှန်ကို လက်မခံရင် ကြေကွဲမှုကို အချိန်ဆွဲထားရာ ကျပါတယ်။ အချို့မိသားစုများ သေဆုံးသူ သူတို့နဲ့ ရှိနေတယ်လို့ ဆိုပြီး ထမင်းစားပွဲမှာ သူ့အတွက် နေရာပေးထားတာတို့၊ သူ့အတွက် အိပ်ရာပြင်ပေးထားတာတို့တောင် လုပ်ကြပါတယ်။

ပူဆွေးမှု လျော့ပါးစေရန် Anthony Yeo ရဲ့ Living With Stress ဆိုတဲ့စာအုပ်မှာ အဆင့်လေးဆင့်ကို ပြဋ္ဌာန်းထားပါတယ်။ အဲဒီအဆင့်တွေကတော့...

(၁) မိမိ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို ဖော်ကျူးခြင်း၊

(၂) ရင်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း၊

(၃) သင်္ဂြိုဟ်ခြင်းနဲ့

(၄) ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့ ဖြစ်ပါတယ်။

မိမိတို့ချစ်သောသူ၊ မြတ်နိုးသူ ဆုံးရှုံးတဲ့အခါ၊ ငိုကြွေးခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားခြင်း၊ ဆောက်တည်၍မရခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်း၊ ညှိုးငယ်ခြင်းတို့ဖြစ်တဲ့အခါ အားရအောင် ငိုကြွေးလိုက်ခြင်းဟာ သက်သာမှုရရာရကြောင်း အကြောင်းတရားတစ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိခံစားမှုများကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်း၊ ကွယ်လွန်သူရဲ့ကောင်းကြောင်းများကို ပြောဆိုခြင်းတို့ဖြင့်လည်း ပူဆွေးမှုကို သက်သာမှုရစေပါတယ်။ ယေင်ကျူးခြင်းဟာ ပူဆွေးမှုကို သက်သာအောင်ပြုလုပ်တဲ့နည်းတစ်ရပ်ပါ။ ကွယ်လွန်စဉ်က အသုဘအခမ်းအနားကို စိတ်တိုင်းကျ ပြုလိုက်ခြင်းဖြင့်လည်း သက်သာမှုကို ရစေပါတယ်။ ထိုင်းလူမျိုးတို့ဟာ သေဆုံးသူကို ငါးရက်၊ ခုနစ်ရက်အတွင်း စသည်ဖြင့် သင်္ဂြိုဟ်မှုမပြုဘဲ ရာသီဥတုသာယာမှု၊ ငွေကြေးပြည့်စုံမှု၊ လနဲ့ နှစ်နဲ့ချိထားပြီးမှ အသုဘကို စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ သင်္ဂြိုဟ်လေ့ရှိပါတယ်။ အလောင်းကိုတော့ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများက ထိန်းသိမ်းထားပေးပါတယ်။

လူမျိုးတိုင်းမှာ သေဆုံးသူအတွက် လုပ်ဆောင်စရာ အဆင့်များရှိတတ်ပါတယ်။ အဲဒီအဆင့်တွေကို စေ့ငှစွာ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်လည်း

ဖြေဆည်မှုကို ရရှိနိုင်ပါတယ်။ ခေတ်မီတိုးတက်နေတဲ့ မြို့ပြများမှာ တော့ အခြေအနေအရ ပူဆွေးမှု ဖော်ကျူးတဲ့လုပ်ငန်းများကို မလုပ်နိုင် ဘဲ အသုဘအခမ်းအနားကို အမြန်လုပ်၊ အမြန်သင်္ဂြိုဟ်မှုပြုလုပ်ရတဲ့ အတွက် လွမ်းဆွတ်ဖွယ်အခမ်းအနား ပြုလုပ်ရချိန်များကို များစွာ လျော့ပါးစေပါတယ်။

တစ်ဖန် ကွယ်လွန်သူ အသက်ရှင်စဉ်က ကောင်းရာကောင်း ကြောင်း ပြုလုပ်သည်များကို ပြန်၍စဉ်းစားပါ။ ကောင်းသော အတိတ် ကာလများကို စဉ်းစားပြီး ကွယ်လွန်သူသည် ကောင်းမွန်ရာဘဝသို့ ရောက်ရှိနေပြီဟု ယုံကြည်လက်ခံခြင်းဖြင့် ပူဆွေးမှုသည် လျော့ပါးစေ နိုင်ပါသည်။ တမလွန်ဘဝကို မယုံကြည်သူဖြစ်လျှင်လည်း သူ အသက် ရှင်စဉ်က ကောင်းတာတွေ အများကြီးလုပ်ခဲ့တာပဲဟုဆိုကာ ဖြေသိမ့် ကျေနပ်ပါ။

နောက်ဆုံးပြုလုပ်ရမည့်အချက်မှာ မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းသိမ်းရန် ဖြစ်သည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် သေဆုံးသူနှင့် ပတ်သက်သော အတိတ်ကို မြှုပ်နှံသင်္ဂြိုဟ်ရန် ထပ်မံကြိုးစားရမည်ဖြစ်ပါ၏။ ပစ္စုပ္ပန်နှင့် အနာဂတ် အတွက်ကိစ္စများကို စဉ်းစားပါ။ မိမိဘဝ၏ မူလအစီအစဉ်များအတွင်း သို့ ပြန်ဝင်ပါ။ ဤကိစ္စသည် အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်ပါ၏။ ဈေးရောင်းရ မည့်သူက ဈေးရောင်း၊ ရုံးသွားရမည့်သူက ရုံးသွားရပါမည်။ ပူဆွေး တမ်းတမှုတိုင်းသည် အတိုင်းအဆမရှိ မဟုတ်ပါ။ အဆုံးသတ်မှု ရှိပါသည်။ တရုတ်လူမျိုးများသည် ပူဆွေးမှု အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် အဝတ်နက်များကို ချွတ်လိုက်ချိန်တွင် ပူဆွေးမှုကာလ သင့်တော်ပြီဖြစ် ကြောင်း အချက်ပြပေးခြင်းဖြစ်မည်ထင်ပါ၏။

သမီးအနေနှင့် တမလွန်သို့ ရောက်ရှိသွားသော ဖခင်ကြီး၏ ရည်မှန်းချက်များပြည့်ဝအောင် အကောင်အထည်ဖော်ပါ။ ထွေးထွေးရဲ့ ဖခင်ကြီးက ထွေးထွေးကို လိမ္မာရေးခြားရှိစေလိုလျှင် လိမ္မာရေးခြား ရှိအောင် ကြိုးစားပါ။ ဘွဲ့တစ်ခုရစေလိုလျှင်လည်း ရရှိအောင်ကြိုးစား ခြင်းသည် ဖြေသိမ့်မှုကို ရစေနိုင်ပါ၏။ ထို့နောက် မိမိယုံကြည် ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာတရား၏အဆုံးအမကို ခံယူပါ။ တစ်ဆက် တည်းမှာပင် မိမိဘဝနှင့် မိမိအား မှီခိုနေသူများ၏ အနာဂတ်ကို မျှော်တွေးရင်း ပူဆွေးမှုကို လျော့ပါးအောင် စီမံခန့်ခွဲရမည်ဖြစ်ပါ ကြောင်း ပြန်ကြားလိုက်ရပါတယ်ကွယ်။ သမီးထွေးထွေး ဖြေသိမ့်မှု ရနိုင်ပါစေ။

■

လူကြီးနဲ့ လူငယ်တွေအကြားမှာ ကွာဟချက်လေးတွေ ရှိပါတယ်။ ဒါဟာ ညှိနှိုင်းလို့ မရတဲ့အရာ မဟုတ်ဘူး။ လူငယ်တိုင်းက လွတ်လပ်မှုကို လိုချင်တာပါပဲ။ ဒါပေမယ့် သင့်ကိုယ်သင်ရင့်ကျက်မှု ရှိပြီလား၊ လူလားမြောက်ပြီလားဆိုတဲ့အချက်ကို ပြန်စဉ်းစားပါ။ သင် လူလားမြောက်ကြောင်း မိဘကို အရင်ပြပါ။

မေး ။ ။ ဆရာခင်ဗျား...

ကျွန်တော် ယခုထက် လွတ်လွတ်လပ်လပ် နေချင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အမေနဲ့ အဖေဟာ ကျွန်တော့်ကို ချုပ်ချယ်နေတုန်းပဲ ရှိနေသေးတယ်။ ကျွန်တော် အိမ်က ထွက်တော့မယ်ဆိုရင် ဘယ်အချိန် အိမ်ပြန်မယ်ဆိုတာ သိချင်နေကြတယ်။ ကဲ...အဲဒါ မလွန်လွန်းဘူးလားဗျာ။

အေးဝင်းကို(သုဝဏ္ဏ)

ဖြေ ။ ။ မိမိ လွတ်လွတ်လပ်လပ်နေချင်တဲ့ဆန္ဒ ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် ဂျာနယ် အယ်ဒီတာတစ်ဦးထံ စာရေးမေးမြန်းတဲ့ လူငယ်တစ်ဦးရဲ့ စိတ်ထားဟာ လိမ္မာရေးခြားရှိတဲ့ လူငယ်တစ်ယောက်ဖြစ်ကြောင်း ဦး ရိပ်စားမိပါတယ်။ အခု မောင်အေးဝင်းကို ကြုံတွေ့နေတဲ့ ပြဿနာက များစွာမကြီးမားပါဘူး။ မိဘနှစ်ပါးနဲ့ မောင်အေးဝင်းကိုအကြား ညှိနှိုင်းလို့ရတဲ့ ကွာဟချက်လေး ရှိနေတာလောက်ပဲလို့ ထင်ပါတယ်။

လူငယ်တိုင်းဟာ လွတ်လပ်မှုကို လိုချင်ကြတာပဲ။ မိဘတွေကလည်း သားသမီးတွေကို သူတို့ရင်အုပ်အောက်က အပျောက်မခံချင်ကြဘူး။ သူတို့ကွယ်ရာမှာ ပေါက်ကရလူတွေနဲ့ပေါင်းပြီး မှားမှာကို စိုးရိမ်ကြတယ်။ ညဥ့်နက်သန်းခေါင်မှ လူငယ်တွေ ပြန်လာရင် မိဘတွေအတွက် အမောဆို့နေကြတာတော့ အမှန်ပဲ။ ငါ့တူရဲ့မိဘများ မပြောနဲ့၊ ယေရှုရဲ့မိဘများဟာ သူတို့သား ဘယ်ရောက်နေတယ် ဆိုတာ သိလိုကြတယ်။ ယေရှု သူတို့မျက်စိအောက်က ပျောက်သွားတဲ့အခါ စိတ်လက်မကြည်မသာဖြစ်ကြသတဲ့။ ဒီလိုပါပဲ၊ သုဒ္ဓေါဒန မင်းကြီးဟာလည်း ဒီဘဝမှာတင် ဘုရားစင်စစ် ကေန်ဖြစ်မယ့် အရင့်အမာ ယောကျ်ားမြတ် သားတော်သိဒ္ဓတ္ထကုမာရမင်းသားကို သူ့မျက်စိအောက်က အပျောက်မခံခဲ့တာ ဗုဒ္ဓဝင်မှာ အထင်အရှားပဲ မဟုတ်လား ကွယ်။

လူငယ်တွေဘက် ကြည့်တော့လည်း မိဘတွေက မိမိတို့ ဘေးတွေ့မှာစိုးလို့ ကြောင့်ကြမှုဖြစ်တာကို အခြောက်တိုက်ကြောက်တာ၊ အခြောက်တိုက် စိတ်ဖောက်ပြန်တာလို့ ထင်တတ်ကြတာပဲ။ မိဘများဟာ သားသမီးများကို ခြံခတ်၊ ဝင်းကာပြီး လွန်ကဲစွာ အကာအကွယ်ပေးတဲ့မိဘတွေ ရှိတယ်ဆိုတာကိုလည်း ဦးတို့အနေနဲ့ မငြင်းလိုပါဘူး။ ဒါပေမယ့် မိဘဘက်က အဲဒီလို လွန်လွန်ကျူးကျူး စိုးရိမ်တဲ့တိုင်အောင် သားသမီးတွေအနေနဲ့ လွန်လွန်ကဲကဲတုံ့ပြန်စရာ ဘာအကြောင်းမှ မရှိဘူး။ တုံ့ပြန်တဲ့လူဟာ မဟာအမှားကြီးနဲ့ ကြုံရမှာ ကျိန်းသေပါတယ်။ မိဘတွေဟာ သူတို့သားသမီးတွေကို အရွယ်ရောက်ကာမှ စိုးရိမ်ကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကလလရေကြည် တည်ကာစ၊ ကိုးလ

လွယ် ဆယ်လဖွားကာလ၊ ဖ၀ါး လက်နှစ်လုံး ပခုံးလက်နှစ်သစ် ကာလ၊ သွားပေါက်စ လေးဘက်ထောက်စကာလ၊ ပုဆိုးကွင်းသိုင်းတဲ့ ကာလတွေကလည်း သူတို့ခမျာ ပူပန်စိုးရိမ်ခဲ့ကြတာပဲ မဟုတ်လား။

အဲဒီလိုမှ မစိုးရိမ်ခဲ့ရင် သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ၊ ဝမ်းပျက် ဝမ်းလျှောရောဂါ၊ ဦးနှောက်အမြေးရောင်ရောဂါ၊ ပိုလီယိုအကြောသေ ရောဂါ၊ မတော်တဆ ထိခိုက်မှုတွေနဲ့ သားတို့ သမီးတို့တစ်တွေ ဒီအရွယ်ထိအောင်တောင် အသက်ရှင်ဖို့ ခဲယဉ်းကြမှာပါ။ အခုတော့ အန္တရာယ်မြားမြောင်တဲ့ ဒီကမ္ဘာကြီးထဲမှာ မိဘများဟာ သားသမီး များကို စိုးရိမ်စိတ်ကို ခေါင်းပေါ်တင်ပြီး ပိုးမွေးသလို မွေးခဲ့ကြတာ မဟုတ်ပါလား ကလေးတို့ရယ်။

ဒါ့အပြင် ဦးပြောချင်တာတစ်ခုက လွတ်လပ်မှုဟာ အတော် အတန်သုံးတာပဲ ကောင်းပါတယ်။ အများအပြားသုံးရင်၊ လိုတာထက် ပိုရင် အန္တရာယ်နဲ့ ရင်ဆိုင်ရတတ်ပါတယ်။ မိမိက အသက်အရွယ် လေး ရလာလို့၊ လွတ်လွတ်လပ်လပ်နေချင်လာလို့ လွတ်လပ်မှုကို တောင်းဆိုချင်လာတယ်ဆိုရင် သားတို့ဘက်ကလည်း မိဘတွေ မိမိ အပေါ် ယုံကြည်စိတ်ချမှုရှိလာအောင် သက်သေသာဓကတွေပြဖို့တော့ လိုပါမယ်။ ဘာနဲ့သက်သေပြရမလဲဆိုရင် တာဝန်ကျေပွန်မှုနဲ့ သက်သေ ပြရပါမယ်။ တာဝန်ကျေပွန်မှုနဲ့ ယုံကြည်စိတ်ချမှုဟာ ဆက်စပ်မှုရှိပါ တယ်။ ဥပမာ မိဘများရဲ့ ဘဏ်နဲ့ဆက်သွယ်တဲ့ကိစ္စ၊ လျှပ်စစ်မီတာခ၊ တယ်လီဖုန်းဖိုးပေးတဲ့ကိစ္စ၊ ကုန်တိုက်ကနေ အိမ်မှာ လိုနေတဲ့ပစ္စည်း ဝယ်လာတာမျိုးကိစ္စတွေကို လုပ်ဆောင်ပေးရင် အမေကြီးကတောင် သားတို့ဘက်ကို လိုက်ပြီး 'ရှင်ကသာ စိတ်မချတာ။ ကဲ...ကြည့်လေ၊

ကျွန်မသားကြီး ဘယ်လောက်တာဝန်ကျေလဲ’လို့ ရှေ့နေလိုက်တတ်ကြပါတယ်။

လူငယ်တစ်ဦးကတော့ အမေနဲ့ အဖေဟာ ကျွန်တော့်ကို စိတ်မချလို့ ဟိုနား ဒီနားတောင် မခိုင်းဘူးလို့ ပြောတာလည်း ကြားဖူးပါရဲ့။ အဲဒီလိုဆိုရင်တော့ ဦး အကြံပေးချင်တာက သားအနေနဲ့ မိဘဆီမှာ မိသားစုအတွက် သား ထမင်းတစ်နပ် ချက်ပါရစေလို့ တောင်းဆိုပြီး တာဝန်ယူပါ၊ ဈေးသွားပါ၊ အဝယ်အခြမ်း၊ အချက်အပြုတ်၊ အဆေးအကြောကအစ အားလုံး တာဝန်ယူကြည့်ပါ။ အဲဒီနေ့ အဆင်ပြေရင် သူတို့သားကို လုံးလုံးကြီး အားကိုးလာနိုင်ပါတယ်။

ဦးပြောချင်တာကတော့ မိဘတွေဆီက ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို အရယူပါ။ မိဘတွေဟာလည်း တစ်ချိန်က လူငယ်တွေပဲဖြစ်လို့ လူငယ်တွေ လွတ်လပ်မှုကို ဘယ်လိုမြတ်နိုးတယ်၊ သူတို့ လူငယ်ဘဝကလည်း လွတ်လပ်လိုတဲ့ဆန္ဒရှိပုံတွေကိုလည်း သူတို့ သိကြပါတယ်။

နောက်တစ်ပိုင်းကလည်း သားတို့က မိမိခြေထောက်ပေါ်မိမိရပ်နိုင်ကြောင်းပြပါ။ အစစအရာရာ အသေးအဖွဲ့ အိမ်တွင်းကိစ္စလေးများကို မိမိဘာသာဖြေရှင်းပါ။ စိတ်အနှောင့်အယှက် တစ်ခုခုတွေ့ရင် စိတ်စောပြီး မိဘထံ အပြေးအလွှားသွားမယ့်အစား အဲဒီပြဿနာကို မိမိဘာသာမိမိ ဖြေရှင်းပါ။ သင်ဟာ ကလေးမဆန်ပါနဲ့။ သင်ဟာ လူလားမြောက်ပြီဖြစ်ကြောင်း ပြသပါ။ ဒီလိုပြသရင် သင် လူလားမြောက်ပြီလို့ သူတို့ယုံကြည်တာနဲ့အမျှ ငါ့တူအတွက် လွတ်လပ်ခွင့်တွေလည်း ရလာမှာ မလွဲပါဘူး။ ,

ဒါပေမယ့် နောက်ဆုံးမှာချင်တာက မိဘတွေကို အတွင်းလူလို့ မှတ်ပါ။ မိဘတွေကို ကြွယ်ဝတဲ့အကြံ ဉာဏ် အဆုံးအမတွေပေးသူလို့ မှတ်ယူပါ။ ငါ့တူ လွတ်လပ်ခွင့်တွေ ပိုရလာမှာပါကွယ်။

■

ကျောင်းစာကို ဂရုစိုက်သူတိုင်း ကျောင်းစာ
တိုးတက်နိုင်သည်။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ ကျွန်တော် ကျောင်းစာတော်ချင်ပါတယ်။ အဆင့်လည်း တက်ချင်ပါတယ်။ အဆင့်တက်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။ ကျွန်တော့်အဆင့်ကတော့ အညံ့ကြီး မဟုတ်ပေမယ့် သာမန်ပဲ ရှိပါတယ်။ ကျူရှင်လည်း ကျွန်တော်က မယူနိုင်ဘူး။ အဆင့်မြင့်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရပါ့မလဲ။

ကျော်ကျော်ဦး(ပုဇွန်တောင်)

ဖြေ ။ ။ ပုဇွန်တောင်က မောင်ကျော်ကျော်ဦးက မေးပါတယ်။ ကျောင်းစာအဆင့် တိုးတက်လာအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရပါ့မလဲတဲ့။ မူလတန်းကျောင်းသားဘဝမှာ ဘာအတွက် စိတ်အပူရဆုံးလဲဆိုရင် သုတေသနပြုချက်တစ်ရပ်က မူလတန်းကျောင်းသားအများစုကြီးဟာ အဆင့်ကောင်းရဖို့အတွက် စိတ်အပူကြဆုံးလို့ ဆိုပါတယ်။ အဆင့်ကောင်းရဖို့အရေးဟာ လူငယ်တွေအတွက် အပူလုံးကြီးတစ်ခု ဖြစ်နေရတာဟာ အံ့သြစရာမဟုတ်ပါဘူး။ မူလတန်းကျောင်း

သားတွေသာမက အလယ်တန်းနဲ့ အထက်တန်းကျောင်းသားတွေ အတွက်လည်း ဒီကိစ္စဟာ အပူလုံးကြီးပါပဲ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကျောင်းစာအဆင့်တိုးတက်ခြင်းဟာ စာမေးပွဲ အောင်မလား။ ကျမလား။ မိဘတွေရဲ့ အချီးမွမ်းခံရမလား။ အဆူအပူခံရမလား။ အလုပ်အကိုင်ကောင်း ရမလား။ မရဘူးလား။ တက္ကသိုလ်မှာ မိမိ ဝါသနာပါရာ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းဘာသာရပ်တွေကို သင်ယူခွင့် ရမလား။ မရဘူးလားဆိုတဲ့ အချက်အလက်ပေါင်းနဲ့ ဆက်စပ်နေလို့ ဖြစ်ပါတယ်။

အဆင့်တိုးတက်ချင်တာ၊ အဆင့်မတက်မှာ စိတ်ပူတာဟာ ယှဉ်ပြိုင်လိုစိတ်၊ ကြိုးစားလိုစိတ်ကို လှုံ့ဆော်ပေးရာလည်းကျလို့ ကောင်းတဲ့လက္ခဏာဘက်ကကြည့်ရင် အကောင်းတွေ တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဆင့်မြင့်မြင့်အောင်လိုစိတ်၊ ပြိုင်လိုစိတ်တွေနဲ့ ရှုပ်ထွေးမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပညာတတ်မြောက်ရေး၊ ပညာဆည်းပူးရေးအစား အဆင့်အတန်းမြင့်မားရေးကို ပဓာနပြုရင်လည်း ဆုတ်ယုတ်တဲ့ဘက်ကို ပို့ပြီး ယိမ်းယိုင်စေပါတယ်။

"ကျောင်းစာအဆင့်မြင့်ရေး တစ်ခုတည်းကိုသာ စိတ်သန်ကြိုးစားတဲ့ ကျောင်းသားတွေဟာ ပညာတတ်ရေး ဆိုတာကို ဘေးချိတ်ပြီး အဆင့်မြင့်အောင် ဘာတွေဖြေရမလဲ ဆိုတာကိုပဲ စိတ်သန်ပြီး ဖြေရမယ့်စာများကိုသာ ကျက်မှတ်ကြရာက ပညာသင်ကြားရေး ရည်ရွယ်ချက်ကြီးတစ်ခု ပျက်သုဉ်းရတော့တာပါပဲ"လို့ ဒေါက်တာ ဝီလျံ ဂလာစာက ဆိုပါတယ်။

စာမေးပွဲမှာ အမှတ်များများ ရရုံသာမက စာပေသင်ကြားရာက ဗဟုသုတ အကြမ်းထည်ကို စုဆောင်းပြီး အဲဒီက ရှေ့တစ်ဆင့် ဘဝမှာ ဆီလျော်ပြီး လက်တွေ့ကျတဲ့အရာတွေကို စုဆောင်းအသုံးချဖို့ လိုတယ်လို့လည်း တခြား ပညာရေးသုတေသီတချို့က အဆိုရှိပါတယ်။

စာမေးပွဲမှာ ဖြီးဖြန်းကံစွပ်ဖြေဆိုခြင်း၊ ကပ်ခါမှ လက်ပူတိုက် စာကျက်ခြင်း၊ ကလိမ်ကျဖြေဆိုခြင်းတို့ဖြင့် အောင်လက်မှတ်ရလာတဲ့ ကျောင်းသားဟာ မိမိဘဝမှာ ဘယ်တော့မှ စဉ်းစားဉာဏ် အသုံးမပြုနိုင်ဘဲ အမှတ်များများ အဆင့်မြင့်မြင့်ရသော်လည်း လက်တွေ့ဘဝကို လျှောက်လှမ်းတဲ့အခါ ဓားမနောက်ပိတ်ခွေဘဝ ရောက်ရစမြဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပထမ အရေးတကြီး မှာလိုတာက အဆင့်ကောင်း ရလျှင် ပြီးရော သဘောမထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုသဘောထား ပါက အဆင့်ကောင်းရဖို့ မသမာတဲ့နည်းတွေကို သုံးမိမှာစိုးရပါတယ်။

စာမေးပွဲပြုလုပ်ပြီး အဆင့်သတ်မှတ်ခြင်းနည်းဟာ သူ့ထက် ကောင်းတဲ့၊ လွယ်တဲ့နည်းကို လူတွေမစဉ်းစားနိုင်သေးလို့ သူ့ကို အသုံးပြုနေရပေမယ့် ဒီနည်းဟာ အကောင်းဆုံးမဟုတ်ဘူးလို့ ပညာရေးဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်တွေက ပြောထားကြပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းစာမှာ အမြဲတမ်း ပထမရသူတွေဟာ လက်တွေ့ လူ့ဘဝတွင် အအောင်မြင်ဆုံးလူများ ဖြစ်မလာကြပါ။ ကမ္ဘာကျော်ပုဂ္ဂိုလ် အများအပြားတွေထဲမှာ ကျောင်းစာညံ့သူများ၊ အထက်တန်းကျောင်းပင် မနေဖူးသူများ ပါဝင်ကြပါတယ်။

ကျောင်းသားလူငယ်တိုင်း ကျောင်းမှာ အဆင့်တက်လို၊ ကျောင်းစာတော်လိုကြပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ကျောင်းစာကို မှန်မှန်ကျက်သူများ၊ လုံ့လဝီရိယရှိသူများသည် ကျောင်းစာတော်သူများ၊ အဆင့်မြင့်သူများ ဖြစ်လာကြ ပါတယ်။ စာကျက်သူများ၊ လုံ့လဝီရိယ အားနည်းသူများသည် စာညံ့သူများ၊ စာမတော်သူများ ဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျောင်းဆရာ လင်းဒါနယ်လစင်ရဲ့ အဆိုအရကတော့ "စာညံ့တဲ့ ကျောင်းသားတွေ၊ စာမေးပွဲမဖြေနိုင်တဲ့ ကျောင်းသားတွေဟာ စာမေးပွဲမေးခွန်းတွေက ခက်တယ်၊ ဆရာတွေက ငါ့ကိုမငဲ့ဘူး၊ ငါလည်းမကောင်းဘူး၊ ကြမ္မာဆိုးတယ်၊ ရာသီဥတုမကောင်း စသည်ဖြင့် မိမိတို့ ချုပ်ကိုင်လို့မရတဲ့အရာများအပေါ်သာ အပြစ်ဖို့တတ်ကြတယ်"လို့ ဆိုပါတယ်။

အချို့လူငယ်များက မိမိတို့သည် အရိုးပေါ်အရေတင်အောင် စာကျက်ပါလျက် သဲထဲရေသွန် ဖြစ်ရတယ်လို့ ဆိုတတ်ကြပါတယ်။ ဒီကိစ္စနဲ့ပတ်သက်လို့ စတင်းဖို့တက္ကသိုလ်က သုတေသီများက ကျောင်းသားများက သူတို့သည် အခြားသူများကဲ့သို့ပင် စာကျက်သောသူများ ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုကြသည်ကို တွေ့ရှိရတာကြောင့် သူတို့ရဲ့ စာကျက်မှုစရိုက်ကို ဆန်းစစ်ကြည့်တဲ့အခါ အမှတ် အဆင့်မြင့်တဲ့ မိမိတို့၏ ကျောင်းနေဖက်များထက် လျှော့ပေါ့ပြီး အိမ်စာလုပ်ကြတာကို တွေ့ကြရတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ကျောင်းမှာ စာသင်နေချိန်တွင် ဂရုတစိုက်နားထောင်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ အိမ်စာကို ဂရုတစိုက် ကျက်မှတ်ရုံမျှဖြင့်လည်းကောင်း ကျောင်းသားတိုင်း အလွယ်တကူ အဆင့်တိုးတက်နိုင်တယ်လို့လည်း

ပညာရေးဆိုက်ကိုဂျာနယ်တစ်ခုက ဆိုပါတယ်။ ပျမ်းမျှဉာဏ်ရည်ရှိသူ တစ်ဦးဟာ ရက်သတ္တတစ်ပတ်လျှင် သုံးနာရီမျှ အချိန်ယူ စာကျက်ရုံမျှနဲ့ အဆင့်တိုးတက်နိုင်တယ်လို့လည်း ဆိုပါတယ်။ ကဲ...နောက်အပတ်မှ ဘယ်နည်းဘယ်ပုံ စာကျက်ကြမယ်ဆိုတာကို ဆက်ဆွေးနွေးကြသေးတာပေါ့ကွယ်။

■

ကျောင်းစာသင်ခန်းထဲမှာ ဆရာ သင်ကြားစဉ်
ဂရုတစိုက် မှတ်သားနာယူကြပါ။ မိမိနားမလည်
တာကို ချက်ချင်းမေးပါ။ တစ်နေ့စာ တစ်နေ့
အပြီးလုပ်ပါ။ အကြွေး မထားပါနဲ့။ အကြွေး
ဆိုတာ ဘာအကြွေးမှ မကောင်းပါ။

မေး ။ ။ ကျွန်တော် ကျောင်းစာတော်ချင်ပါတယ်။ အဆင့်လည်း တက်ချင်ပါတယ်။ အဆင့်တက်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။ ကျွန်တော့်အဆင့်ကတော့ အညံ့ကြီးမဟုတ်ပေမယ့် သာမန်ပဲ ရှိပါတယ်။ ကျူရှင်လည်း ကျွန်တော်က မယူနိုင်ဘူး။ အဆင့်မြင့်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရပါ့မလဲ။

ကျော်ကျော်ဦး(ပုဇွန်တောင်)

ဖြေ ။ ။ ကျောင်းသားဘဝတွင် အဆင့် အရေးကြီးပါသည်။ သို့သော် ထိုအရာသည် လူ့တန်ဖိုးကို အပြီးတိုင် အဆုံးအဖြတ်ပေးသောအရာ မဟုတ်။

ကဲ...မောင်ကျော်ကျော်ဦးရေ၊ ကျောင်းစာ အဆင့်ကောင်းရဖို့ကို ကျောင်းသားတိုင်း လိုလားကြပုံနဲ့ ကျောင်းစာကို ပုံမှန်စာကျက်သူတိုင်း အဆင့်မြင့်နိုင်ကြောင်း ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က ဖြေခဲ့ပြီးပါပြီ။ အခုအပတ်မှာတော့ ကျောင်းစာကျက်ပုံကျက်နည်းလေးတွေကို လေ့လာကြည့်ကြပါစို့ကွယ်။ ပထမကိစ္စကတော့ ငါဟာ စာတော်သူ ကျောင်းသားတစ်ယောက် ဖြစ်ရမယ်။ ငါဟာ ကျောင်းစာနဲ့ ပတ်သက်လာရင် ငါဟာ

ပထမ၊ ဒါမှမဟုတ် ဒုတိယ၊ ဒါမှမဟုတ် တတိယအဆင့် ဝင်ရမယ်။ အဲဒီအဆင့်တွေ ဝင်အောင် ငါ စာကြိုးစားမယ်ဆိုတဲ့ ရည်မှန်းချက်၊ ဆုံးဖြတ်ချက် ထားရှိရပါမယ်။ အဲဒီလို ထားရှိပြီးတဲ့အခါမှာ တခြား သတ်မှတ်ချက်ကလေးတွေ၊ ပိုင်းဖြတ်ချက်ကလေးတွေ လုပ်ဖို့ကတော့ "ငါ အိမ်စာ မပြီးမချင်း တီဗွီ၊ ဗွီဒီယို မကြည့်ဘူး" "ငါ တစ်နေ့မှာ တစ်နာရီစာကျက်မယ်၊ တစ်နာရီမပြည့်မချင်း ငါ အပြင်မထွက်ဘူး" ဆိုတဲ့ ပိုင်းဖြတ်ချက်လေးတွေ ထားရှိရပါမယ်။ ကျောင်းစာ မပြီးမချင်း တီဗွီမကြည့်ဘူးဆိုတဲ့ စာတန်းကို မြင်သာတဲ့နေရာမှာ ရေးထားပါ။ ဒါမှမဟုတ် အဲဒီစာသားကိုရေးပြီး တီဗွီပေါ်မှာ တင်ထားပါလို့ အကြံပြုလိုပါတယ်။

စာကျက်တဲ့အခါမှာတော့ ဆိတ်ငြိမ်တဲ့နေရာ တစ်နေရာရရှိရင် ကောင်းပါတယ်။ ဒါမှမဟုတ် မီးဖိုချောင်ဟာ ညဆိုရင် အားနေတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ညပိုင်း တစ်နာရီ ဒါမှမဟုတ် နှစ်နာရီ မီးဖိုချောင်ကို ဆိတ်ငြိမ်တဲ့ စာသင်ခန်းအဖြစ် အသုံးပြုဖို့ ကြိုးစားကြည့်စေလိုပါတယ်။ ဒါမှမဟုတ်ရင်လည်း ရပ်ကွက်ထဲက စာကြည့်တိုက်တို့၊ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်ရဲ့အိမ် စသည်တို့ကိုလည်း သုံးခွင့်ရလျှင် သုံးနိုင်ပါတယ်။ စာကျက်ရာမှာ စာအုပ်များကို ဖြန့်ထားနိုင်လောက်အောင် ကျယ်တဲ့ စားပွဲကို အသုံးပြုနိုင်ရင် ကောင်းပါတယ်။ စာကျက်မှတ်ရာတွင် လိုတဲ့ ခဲတံ၊ စာရွက် စတာတွေကို ထမယူရအောင် အသင့်ထားရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် စာကျက်ရာမှာ မျက်စိလည်းမစူး၊ လုံလောက်တဲ့အလင်းရတဲ့ အလင်းအနေအထားရှိဖို့လည်း လိုပါတယ်။ လုံလောက်တဲ့အလင်းရောင်ရမှ စာကျက်ရတာလည်း မပင်ပန်းပါဘူး။

မျက်စိလည်း အာရုံစိုက်ရလွန်းမှု သက်သာပါတယ်။ ဖြစ်နိုင်ရင် စာကျက်တဲ့နေရာဟာ လေအဝင် အထွက်ကောင်းဖို့ လိုပါတယ်။ အပူအအေး မျှမျှတတရှိဖို့လည်း လိုအပ်ပါတယ်။ အေးမြတဲ့အခန်းဟာ ပူနွေးတဲ့အခန်းထက် ပိုပြီး စာကျက်ရတာ အားတက်သရောရှိတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

စာကျက်ဖို့ စိတ်မပါရင် ဘာလုပ်ရမလဲလို့ မေးနိုင်ပါတယ်။ ဒါကတော့ ကျောင်းသားဖြစ်နေလို့ စိတ်ပါပါ မပါပါ မိမိကိုယ်မိမိ ဆုံးမပြီး စာကျက်ရမှာပါပဲ။ အဖေဟာ ရုံးကို နေ့တိုင်းသွားရတယ်။ မသွားချင်တဲ့ရက်လည်း ရှိမှာပေါ့။ ဒါပေမယ့် မိသားစု စားဝတ်နေရေး အတွက် နေ့စဉ်သွားနေရတာပဲ။ အစ်မကလည်း ဒီလိုပဲ။ တစ်ခါ တလေ အမေလည်း မီးဖိုချောင်ကနေ ခေတ္တ အနားယူချင်တာပေါ့။ ဒါပေမယ့် အမေလည်း နေ့စဉ် မီးဖိုချောင်ဝင်နေရသလို ကျောင်းသား ဟာလည်း လုပ်ငန်းတစ်ရပ်အနေနဲ့ စာကြည့်စားပွဲ ထိုင်ရပါမယ်။ ပညာရေးဆိုင်ရာ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးက "ဖြစ်နိုင်ရင် သတ်မှတ်ထား သောနေရာ၊ သတ်မှတ်ထားသောအချိန်တွင် နေ့စဉ် စာကျက်သင့် သည်။ ဤသို့ စာကျက်ခြင်းဖြင့် ထိုကိစ္စသည် အကျင့်တစ်ခုဖြစ်လာပြီး စာမကျက်လျှင် နေလို့မရသည်အထိ ဖြစ်လာနိုင်သည်" လို့ အဆိုရှိပါ တယ်။ စာကျက်ရာမှာ ဘာသာရပ်တစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကြား တစ်ထောက် နားပါ။ အထူးသဖြင့် အလားတူ ဘာသာရပ်တွေကို ဆက်တိုက် ကျက်ရင် ရပ်နားမှု ရှိသင့်ပါတယ်။

စာကျက်ရာမှာ ပထမ စာကို ခြုံ၍ကြည့်ပါ။ ခေါင်းစဉ်ကြီး၊ ခေါင်းစဉ်ငယ်၊ ဇယားများကို ကြည့်ပါ။ တွေ့သမျှ၊ မြင်သမျှ ခေါင်း

ထဲထည့်ပါ။ ဒုတိယ ခေါင်းစဉ်ကြီးများ၊ ခေါင်းစဉ်ငယ်များသည် ဘာကိုများ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုသည်ကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ အဲဒီနောက် စာကို စဖတ်ပါ။ ယင်းသင်ခန်းစာကို ဆရာက ကျောင်းမှာ မည်ကဲ့သို့ သင်ခဲ့သည်ကို ပြန်စဉ်းစားပါ။ ထို့နောက် မိမိဖတ်ပြီးသော အကြောင်းအရာများအား စာအုပ်ကို မကြည့်ဘဲ ပြန်ပြောပါ။ မမှတ်မိလျှင် စာအုပ် ပြန်လှန်ပါ။ ထို့နောက် အပိုင်းတစ်ပိုင်းစီကို မှတ်မိ၊ မမှတ်မိ စမ်းသည့်အနေနှင့် ခေါင်းစဉ်ငယ်လေးများကို ပြန်လှန်ဖတ်ရှုစဉ်းစားပါ။ ဤနည်းမှာ ကျောင်းစာကို – ၈၀ ရာခိုင်နှုန်း မှတ်မိနိုင်သည်ဟု ဆိုကြပါတယ်။ ကျက်မှတ်စရာ အချက်အလက်တိုင်းဟာ များသောအားဖြင့် မိမိဘာသာ သီးခြား မရပ်တည်ပါ။ တခြားအကြောင်းအရာ တစ်ရပ်နှင့် အမြဲဆက်စပ်နေလေ့ရှိရာ မိမိကျက်မှတ်သောအရာနဲ့ ဆက်စပ်သော အကြောင်းအရာများကို တွဲ၍ မှတ်သားပါ။ အဲဒီလို မှတ်သားခြင်းဖြင့် စာကျက်မှတ်ရတာ ပိုမိုလွယ်ကူစေနိုင်ပါတယ်။

ကျောင်းမှာ လစဉ်စာမေးပွဲတွေ ရှိတတ်ပါတယ်။ နောက်တစ်ပတ် စာမေးပွဲရှိတယ်ဟု ဆိုပါက လန့်ဖျပ်သွားရန်မလိုပါ။ ဒါပေမယ့် စာမေးပွဲရက်မတိုင်မီ ဆရာပြောတဲ့စကားတွေကို သေချာစွာမှတ်ထားပါ။ ဘာတွေမေးမည်ကို ဆရာတိုင်းက စောင်းပါးရိပ်ခြေ သို့မဟုတ် တဲ့တိုးကြီးပြောတတ်ကြစမြဲ ဖြစ်ပါတယ်။ "အခု ဆရာ ပြောမယ့် အချက်က အရေးကြီးတယ်၊ အဲဒါကို မမေ့နဲ့"လို့ပြောရင် အဲဒီ အကြောင်းအရာဟာ စာမေးပွဲမှာ ပါမှာ သေချာပါတယ်။

ကျောင်းစာသင်ခန်းထဲမှာ ဆရာ သင်ကြားစဉ် ဂရုတစိုက် မှတ်သားနာယူသူတွေဟာ စာသင်ခန်းထဲမှာ မနာယူသူများထက်

တစ်ပန်းသာစမြဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အတန်းထဲမှာလည်း မနာခံ၊ စာလည်း မကျက်ဟုဆိုပါက စာမေးပွဲကျမှာ မုချဖြစ်ပါတယ်။ စာမေးပွဲကျလျှင်၊ အဆင့်နိမ့်လျှင် မိဘများနှင့် ရင်ဆိုင်ရတာ အခက်အခဲ ရှိနိုင်သည်မှာ အမှန်ဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော် မိမိ၏ ပညာရည်တိုးတက်မှုကို မိဘများ သိသင့်တာဖြစ်လို့ ထိုကိစ္စကို ရှောင်လွှဲမနေဘဲ သတ္တိရှိရှိ ရင်ဆိုင်ပါ။ ရှေ့လမှာ မိမိ အမှတ်တိုးစေရမယ့်အကြောင်း မိဘကို ကတိပေးပါ။ ကတိအတိုင်း တည်အောင်ကြိုးစားပါ။ ကျောင်းသားဘဝမှာ အဆင့်ဟာ အရေးကြီးပါသည်။ သို့သော် ထိုအရာဟာ လူ့တန်ဖိုးကို အပြီးတိုင် အဆုံးအဖြတ်ပေးတဲ့အရာ မဟုတ်ပါ။ သင်ဟာ ကျောင်းနေချိန်မှာ အခွင့်ကောင်းယူ၍ တတ်အပ်သောပညာကို ဆည်းပူးပါ။ မိဘများ၏ကောင်းဆိုချက် မြင့်နေရင် မိဘများနှင့် ဆွေးနွေးပါ။ လုံ့လဝီရိယဟာ အဆင့်ကောင်းအဖြစ် ထင်ဟပ်လာမည့်အရာဖြစ်သည်ကို စွဲမြဲစွာ ယုံကြည်ပါလို့ ဖြေကြားလိုက်ရပါတယ်။

■

အရွယ်မတိုင်မီ အိမ်ထောင်ပြုတာဟာ လူကြီး
ဝတ်အင်္ကျီကို ကလေး ကောက်စွပ်ဝတ်တာမျိုး
ဖြစ်နိုင်တယ်။

မေး ။ ။ ကျွန်တော်ကတော့ လူငယ်တစ်ဦးပါပဲ။ ကျွန်တော့်မှာ မေးစရာ မေးခွန်းတစ်ခု ရှိနေပါတယ်။ ဒါကတော့ စောစီးစွာ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းဟာ ကောင်းလား။ ဘာအကျိုးအပြစ်တွေ ရှိပါသလဲ။

တင်ထွန်းလူ(မြိတ်မြို့)

ဖြေ ။ ။ မောင်တင်ထွန်းလူက ဒီမေးခွန်းကို စောစောစီးစီး အိမ်ထောင်ပြုချင်လို့ မေးတာလားလို့ ဦးတော့ စိတ်ပူမိတယ်။ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းဟာ လူ့ဘောင်၊ လူ့ဘဝမှာ ပြုလုပ်ရမယ့် မင်္ဂလာကိစ္စတစ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒီကိစ္စဟာ စောစောစီးစီး ပြုလုပ်ရမယ့် ကိစ္စတစ်ရပ်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာသာအချို့က ရော လူမှုရေးပုဂ္ဂိုလ်များကပါ စောစောစီးစီး အိမ်ထောင်ပြုမှုကို သူ့နည်းနဲ့သူ တားမြစ်ကြပါတယ်။ အိမ်ထောင်ပြုတာဟာ ကလေးကစားစရာ မဟုတ်လို့တော့ မောင်တင်ထွန်းလူ မှတ်သားထားစေချင်ပါတယ်။ အိမ်ထောင်ဘက်ဆိုတာက အသက်ထက်ဆုံး မခွဲတမ်း

ပေါင်းသင်းရမယ့်သူဖြစ်လို့ စေ့စေ့စပ်စပ်ရွေးချယ်ဖို့ လိုပါတယ်။ အဲ...အိမ်ထောင်ကို အရွယ်မတိုင်ခင်၊ အဆင်သင့်မဖြစ်သေးခင် ပြုမိရင်တော့ အနည်းနဲ့အများ ဝေဒနာနဲ့ ပူဆွေးမှုကို ကြုံတွေ့ရတတ်တာပဲလို့ အင်္ဂလိပ်သမ္မာကျမ်းစာသစ်က ဆိုပါတယ်။ မြန်မာမှာလည်း အိမ်ထောင်မှု ဘုရားတည်၊ ဆေးမင်ရည်စုတ်ထိုး၊ ဤသုံးချက်မပိုင်လျှင် ပြင်နိုင်ရန်ခက်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ အမူအကျင့် သိပ္ပံပါမောက္ခ မာစီလာ(စ)ဝဲက အလွန်နုပျိုစဉ် အိမ်ထောင်ပြုသူများသည် ပြဿနာပေါင်းသောင်းခြောက်ထောင်နဲ့ ရင်ဆိုင်ရမည်လို့ သူက ကျိန်းသေလက်သေ ဆိုပါတယ်။

အိမ်ထောင်ပြုရန် သင့် မသင့် ဆိုတဲ့နေရာမှာ အသက်အရွယ်အပိုင်းအခြားအရ ငယ်လွန်းတာမျိုး၊ ဒန့်ကျွဲပင်မှာ ပုခက်ဆင်ရတာမျိုးကို ဆိုလိုတာအပြင် အသက်အရွယ်ကတော့ မဆိုးလှပါဘူး။ ဒါပေမယ့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာက မတတ်၊ ငွေကမရှိဆိုရင်လည်း ဒါဟာလည်း အိမ်ထောင်မပြုသင့်သေးတဲ့ အရွယ်လို့ဆိုရမှာပါပဲ။ ဒီတော့ အိမ်ထောင်ပြုမယ်ဆိုရင် အသက်အရွယ်ကိုသာမက အတတ်ပညာနဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာကိုလည်း ထည့်တွက်ရမယ့်သဘော ရှိပါတယ်။

မြီးကောင်ပေါက်မလေးတစ်ဦးက အိမ်ထောင်ပြုပြီး ဘာပြောလဲဆိုတော့ "အိမ်ထောင်ပြုလိုက်ရင် မိဘက ဟိုမသွားရဘူး၊ ဒီမသွားရဘူးဆိုတဲ့ ချုပ်ချယ်မှုတွေက ကင်းလွတ်ပြီး ထင်သလိုသွား၊ ကြိုက်သလိုလုပ်လို့ရမယ်ထင်လို့ အိမ်ထောင်ပြုလိုက်တာ၊ ကျွန်မထင်တာနဲ့ တက်တက်စင်လွဲနေတာ အိမ်ထောင်ပြုပြီးမှ သိရတယ်"လို့ ဆိုပါ

တယ်။ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းကို အချို့လူငယ်တွေဟာ ချစ်ဗိမာန် တည်ဆောက်တာလို့ ထင်ကြတယ်။ အိမ်ထောင်လည်းပြုပြီးရော၊ ချစ်ဗိမာန်ကြီးထဲလည်း ရောက်သွားရောလို့ ကလေးဆန်ဆန် ထင်မှတ်ကြတာလည်း များပါတယ်။ တချို့လူငယ်တွေကလည်း အိမ်ထောင်ပြုလိုက်ရင် အိမ်၊ ကျောင်းနဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းမှာ ရင်ဆိုင်နေရတဲ့ ပြဿနာတွေ၊ အခြေအနေဆိုးတွေက လွတ်မြောက်မှာပဲဆိုပြီး အိမ်ထောင်ပြုတာ၊ အကြော်အိုးထဲကငါး ပူတယ်ဆိုပြီး ခုန်ထွက်လို့ မီးဖိုထဲကျတာမျိုး ဖြစ်တတ်တယ်။

အိမ်ထောင်ပြုခြင်းဟာ စိတ်ကူးယဉ်တာမဟုတ်ဘူး။ သူ့ကို စိတ်ကူးယဉ်လို့ မရဘူး။ အိမ်ထောင်ရေးမှာ လက်တွေ့ကျမှ ပိုကောင်းတာပါ။ အသက်–၂၀ အရွယ်မှာ ပထမကလေးရခဲ့တဲ့ ကလေးမလေးတစ်ဦးက "ကျွန်မ အိမ်ထောင်ပြုတာကို အိမ်ဆောက်တမ်းကစားတဲ့ သဘောနဲ့ အိမ်ထောင်ပြုပြီး၊ ကလေးမွေးတာကို ကစားစရာ အရုပ်လေးတစ်ရုပ်ရတာလို့ သဘောထားခဲ့တာ၊ တကယ်တော့ အဲဒီကိစ္စဟာ လုံးလုံးမဟုတ်ဘူး"လို့ ဆိုပါတယ်။ တချို့ကလည်း ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ လိင်စည်းစိမ် ထူထောင်ချင်လို့ အိမ်ထောင်ပြုကြတာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့်–၁၈ နှစ်အရွယ်မှာ အဲဒီလိုစိတ်ထားနဲ့ အိမ်ထောင်ပြုခဲ့တဲ့ လူငယ်တစ်ဦးကတော့ "ကျွန်တော်တို့ လက်ထပ်လည်း ပြီးရော အဲဒီကိစ္စက ပေါ့ရွှတ်ရွှတ်ဖြစ်သွားတယ်"လို့ ဆိုပါတယ်။ ဆယ်ကျော်သက် အိမ်ထောင်ပြုမှုဆိုင်ရာ သုတေသနတစ်ရပ်က "စောစီးစွာ အိမ်ထောင်ပြုရာမှာ ပထမ ငွေရေးကြေးရေးကိစ္စဟာ ပြဿနာပဲ။ ဒုတိယကတော့ အသွင်မတူမှု၊ အငြင်းပွားမှုပြဿနာပဲ။

တတိယကတော့ လိင်ကိစ္စတို့ဖြစ်ပါတယ်”လို့ဆိုပါတယ်။ အိမ်ထောင်ရေးဆိုင်ရာ လိင်ကိစ္စမှာ တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ် ကင်းမဲ့ပြီး စိတ်ချုပ်တည်းနိုင်မှ ကျေနပ်ဖွယ်ကောင်းတဲ့ ဇနီးမောင်နှံဆက်ဆံရေးကို ရကြမှာ ဆိုတဲ့အချက်ကို မသိကြဘူးလို့ အဲဒီစာတမ်းက ဆက်ဆိုပါတယ်။

သမ္မာကျမ်းစာမှာကတော့ ခရစ်ယာန်လူငယ်များ အားလုံးဟာ ‘လူငယ်ပွင့်လန်းစအရွယ်’ Past the bloom of Youth ကို ကျော်လွန်မှ အိမ်ထောင်ပြုကြဖို့ ပညာရှိရှိ တိုက်တွန်းထားပါတယ်။ အကြံပေးချက်တစ်ခုကတော့ တဏှာဒီရေ မြင့်တက်နေစဉ် အိမ်ထောင်ပြုပါက မိမိရဲ့ ဇနီး ခင်ပွန်းလောင်းရဲ့ အနာအဆာကို ဘယ်လိုမှ မမြင်နိုင်ဘဲရှိမယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ မြီးကောင်ပေါက်မလေးတစ်ယောက်က သူ့အထင်တကြီးနဲ့ လက်ထပ်ယူခဲ့တဲ့ သူ့လင်သားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဘာပြောသလဲဆိုတော့ “ကျွန်မနဲ့လက်ထပ်လို့လည်းပြီးရော သူဟာ ကျွန်မနား ကပ်ချင်မှပဲ ပတ်ချွဲနပ်ချွဲနဲ့လာတယ်။ ပြီးရင် သူ့ယောကျ်ားလေး သူငယ်ချင်းတွေလောက်ကိုပဲ အရေးကြီးတယ် ထင်နေတာ။ သူတို့စကားဝိုင်းမှာ ဘာတွေပြောနေတာလဲ။ ကျွန်မ ခိုးနားထောင်တော့ ကျွန်မကို အပုပ်ချနေတာတွေက များတယ်။ မင်္ဂလာဆောင်တယ်ဆိုတာ ပျော်စရာတွေ ကုန်လွန်တာပါပဲလို့ ကျွန်မ ဆိုချင်တာပါပဲ”လို့ ဆိုပါတယ်။ ယောကျ်ားလေးတစ်ဦးကလည်း “အိမ်ထောင်လည်းကျပြီးရော ကျွန်တော့်အတွက် အခက်ခဲဆုံးကိစ္စက မနက်-၆ နာရီ ထရတာပါပဲ။ မလွယ်တဲ့အလုပ်ပဲ့ါလား။ ကျွန်တော် အမေ့အိမ်မှာ နေဖင်ထိုးမှ ထခဲ့တာ။ တစ်မနက် ဝဝကြီးအိပ်ရတဲ့နေ့ကို

ဘယ်တော့မျှမှ ပြန်ရောက်ပါတော့မလဲဆိုပြီး အစိုးရိမ်ကြီးလည်း စိုးရိမ်မိတယ်”လို့ ဆိုပါတယ်။

ဒါကြောင့် အရွယ်မတိုင်ခင် အိမ်ထောင်ပြုတာဟာ ကိုယ်နဲ့မတော်တဲ့ လူကြီးဝတ်အင်္ကျီကို ကလေးက ကောက်စွပ်တာနဲ့ အတူတူပဲ။ အိမ်ထောင်ပြုတယ်ဆိုတာ အရွယ်ရောက်မှ လုပ်ဆောင်ကြရမယ့်ကိစ္စ ဖြစ်ပါတယ်။ အရွယ်မတိုင်မီ အိမ်ထောင်ပြုမှုဟာ အိမ်ထောင်ပြိုကွဲတဲ့အထိ၊ ဘဝပျက်သုဉ်းတဲ့အထိ ဖြစ်နိုင်ကြတာမို့ အိမ်ထောင် စောစီးစွာ မပြုဖို့ အကြံပေးလိုပါတယ်။ ဒီကိစ္စက အရေးကြီးတဲ့ကိစ္စဖြစ်လို့ လာမယ့်အပတ်မှာလည်း ဒီကိစ္စကိုပဲ ဆက်လက်ဆွေးနွေးကြတာပေါ့ကွယ်။

■

အိမ်ထောင်ပြုဖို့အတွက် အဆင်မသင့်သေးလျှင် အတန်ငယ်စောင့်ပါ။ အမိကကတော့ မိမိတို့အိမ်ထောင် ငွေကြေး ပြည့်စုံရဲ့လား။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်ကတော့ စောစီးစွာ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ မြိတ်မြို့က မောင်တင်ထွန်းလူရဲ့ အမေးကို ဒီအပတ် ဆက်ပြီး ဖြေလိုပါသေးတယ်။

ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်ကတော့ စောစီးစွာ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းဟာ အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာမျိုးစုံနဲ့ ကြုံတွေ့ခဲ့ရတာကို တင်ပြခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလို ပြဿနာမျိုးစုံနဲ့ ကြုံတွေ့ခဲ့ရတဲ့အထဲမှာ အများဆုံးကြုံတွေ့ရတဲ့ ပြဿနာက ငွေရေး ကြေးရေး ပြဿနာပါပဲ။

သက်ငယ် လင်မယား အချင်းများမှုပြဿနာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အိမ်ထောင်–၄၈ စုံကို လေ့လာမှုပြုရာမှာ လက်ထပ်ပြီး သုံးလအကြာတွင် မိမိတို့ရင်ဆိုင်ရသော ပြဿနာသည် မိသားစု ငွေသုံးစွဲမှုပြဿနာဖြစ်တယ်လို့ ငယ်ရွယ်သူ အိမ်ထောင်–၄၈ စုံစလုံးက ဖွင့်ဟပြောဆိုကြတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီလို စုံစမ်းပြီး သုံးနှစ်အကြာမှာ အဲဒီစုံတွဲတွေထဲက–၃၇ စုံကို ပြန်မေးတဲ့အခါမှာ ဒီတစ်ကြိမ်မှာလည်း ငွေကြေးပြဿနာဟာ သူတို့အတွက် အဓိကပြဿနာပဲဖြစ်နေတယ်လို့ ဆိုကြပြန်ပါတယ်။

လူငယ်အိမ်ထောင်ရှင်တစ်ဦးက "အိမ်မှာလိုအပ်တဲ့ပစ္စည်းတွေ ဝယ်ဖို့ ပိုက်ဆံက ဘယ်တော့မှ လောက်လောက်ငငမရှိဘူး။ ပိုက်ဆံက အမြဲလိုနေမှတော့ ဘဝမှာ ဘာပျော်စရာရှိဦးမှာလဲ။ ရှိတဲ့ပိုက်ဆံက နောက်တစ်နေ့ကူးဖို့ မဖူလုံတော့ နေ့တိုင်း လင်နဲ့မယား ရန်ဖြစ်ပြီး စိတ်ညစ်ကြရတာပါပဲ"ဟု ဆိုပါတယ်။

ဆယ်ကျော်သက် ငယ်ရွယ်သူတို့သည် များသောအားဖြင့် အလုပ်လက်မဲ့များ ဖြစ်ကြ၏။ ဝင်ငွေအနည်းဆုံးရသူများ ဖြစ်ကြ၏။ ထို့ကြောင့် ယင်းတို့ဟာ အများဆုံး ငွေကြေးပြဿနာကို ရင်ဆိုင်ကြရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

"ကျွန်တော်က ဝမ်းဝအောင် မကျွေးနိုင်တဲ့အတွက် မိဘများနဲ့ ပြောင်းနေထိုင်ပါတယ်။ ဒီတော့ အမေနဲ့ဇနီးက ယောက္ခမနဲ့ ချွေးမ ဖြစ်နေတော့ ဆက်ဆံရေးက တကယ့်ကို တင်းမာလာကြတယ်။ ဒါပေမယ့် အမေ့အိမ်က ပြန်ဆင်းဖို့ကျတော့လည်း ကျွန်တော်တို့မှာ ကလေးတစ်ယောက် ရနေပြီလေ"ဟု လူငယ်တစ်ဦးက ဆိုပါတယ်။

အိမ်ထောင်ပြုရေးကိစ္စတွင် အသက်အားဖြင့် အရွယ်ရောက်ဖို့ လိုအပ်သကဲ့သို့ အလုပ်အကိုင် ဝင်ငွေရှိဖို့၊ မိသားစုကို ကျွေးမွေးနိုင်သော ဝင်ငွေရှိဖို့ လိုအပ်သည်။ ထိုမျှသာမက နေစရာ အိမ်တစ်ခုရှိဖို့လည်း လိုအပ်ပါသည်။ သို့သော် လက်တွေ့တွင် သက်ငယ်အိမ်ထောင်ရှင်များသည် မိသားစု ကျွေးမွေးထောက်ပံ့ရန် ငွေရှာဖွေရသည့်အလုပ်က သူတို့အတွက် အလွန်လေးလံသော ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီး ဖြစ်နေတတ်ပါ၏။ လေ့လာမှုတစ်ခုက ဆယ်ကျော်သက် အိမ်ထောင်များသည် မိဘများ အနှစ်နှစ်အလလက စုဆောင်းဝယ်ယူသုံးစွဲသော

ပစ္စည်းများကို မိမိတို့အိမ်ထောင်တွင် ချက်ချင်းဝယ်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားရာက ကြွေးလည်ပင်းနစ်ခဲ့ရသည်များ ရှိပါတယ်လို့ ဆိုကြပါတယ်။

ကလေးမလေးတစ်ဦးက သူ၏ ငယ်ရွယ်သူ လင်သားနှင့် ပတ်သက်၍ “ကျွန်မ သူ့ကို ချစ်ခဲ့မိတယ်။ သူက သိပ်လည်းချောတယ်။ သိပ်သန်မာတဲ့ အားကစားသမားတစ်ဦးလည်းဖြစ်တယ်။ နာမည်ကလည်းကြီး၊ ကျွန်မ ကိုယ်တိုင်လည်း မြတ်နိုးတော့ ကျွန်မတို့ အိမ်ထောင်ပြုတဲ့အခါမှာ ကျွန်မ ယုံကြည်တာက ကျွန်မတို့အိမ်ထောင်ရေး မုချ အောင်မြင်ရမယ်။ ဧကန်အဆင်ပြေရမယ်။ ဒီလိုပဲ ယုံကြည်ခဲ့တာပဲ။ ဒါပေမယ့် သူဟာ သူ့အားကစားထဲမှာပဲ နစ်မြုပ်ပြီး မိသားစုဝင်ငွေကို ကောင်းကောင်းမရှာနိုင်ခဲ့ပါဘူး။ ရှာလည်း မရှာခဲ့ပါဘူး။ ကျွန်မ သည်းညည်းတော့ခံတာပဲ။ ဒါပေမယ့် ကလေးတစ်ယောက်ကနေ နှစ်ယောက်ဖြစ်လာတော့ သည်းမခံနိုင်တော့ဘူး။ ကြာတော့ သူ့ကို ကျွန်မ မုန်းလာတယ်။ ထမင်းတောင် မျက်နှာချင်းဆိုင် မစားချင်တော့ဘူး။ ကျွန်မတို့အိမ်ထောင်ဟာ မကြာပါဘူး ပြိုကွဲခဲ့ရတာပဲ။ တကယ်ဒုက္ခတွေ့ကြတဲ့သူတွေကတော့ သူနဲ့ကျွန်မ မွေးဖွားခဲ့တဲ့ ကလေးတွေပါပဲ။ ကျွန်မဟာ အိမ်ထောင်ပြုမယ့်ရက်ကို နောက်ရွှေ့လိုက်ရင် ဒီလိုဖြစ်ရပ်နဲ့ ကြုံမှာမဟုတ်ဘူးလို့ ထင်ပါတယ်။ ကျွန်မအသက် ၁၈ နှစ်အရွယ်မှာ သိပ်အရေးကြီးတယ်လို့ ထင်ခဲ့ရတဲ့ သူ့ရဲ့ ဟန်ပန်အမူအရာတွေဟာ အိမ်ထောင်လည်းကျပြီးရော ရုတ်ခြည်း အဓိပ္ပာယ်မဲ့သွားတယ် ဆိုရမှာပါပဲ”ဟု ပြောဆိုခဲ့ပါတယ်။

လူငယ်များသည် မိမိတို့၏ အိမ်ထောင်ဖက်၌ ရှိအပ်သော အရည်အချင်းများကို သတ်မှတ်ရာတွင် ကလေးဆန်တတ်ကြ၏။ ရုပ်ရည်

အမှုအရာကို အဓိကထားတတ်ကြ၏။ ဖွယ်ရာခြင်းဟာ လှည့်စား တတ်၍ အဆင်းလှခြင်းဟာလည်း အချည်းအနှီး ဖြစ်တတ်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဘဝတွင် အလွန်အရေးကြီးသော အိမ်ထောင်ကတိသစ္စာကို မဆိုမီ မိမိကိုယ်မိမိရော မိမိအိမ်ထောင်နှင့် ပတ်သက်၍ စစ်ဆေးမှုများ ပြုသင့်ပါတယ်။

(က) မိမိဘဝရည်မှန်းချက်က ဘာလဲ။

(ခ) မိမိအိမ်ထောင်ပြုခြင်းကြောင့် မိမိ၏ ဘဝရည်မှန်းချက် မည်ကဲ့သို့ ပြောင်းလဲသွားနိုင်သနည်း။

အထက်ပါ မေးခွန်းနှစ်ရပ်ကို အထပ်ထပ်အခါခါ မေးသင့်ပါ တယ်။ ဒါ့ပြင် မိမိ အခုအိမ်ထောင်ပြုတာဟာ–

(က) လိင်ကိစ္စ စိတ်စောနေလို့ အိမ်ထောင်ပြုတာလား။

(ခ) မိမိ အပျို လူပျိုဘဝမှာ ကြုံတွေ့နေရတဲ့ ပြဿနာတွေကို ရှောင်တိမ်းလိုလို့ အိမ်ထောင်ပြုတာလား ဆိုသည့်အချက် ကိုလည်း ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ရင်ဆိုင်ရမည် ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ပြင်–

(က) လင့်ဝတ္တရား၊ မယားဝတ္တရားများအတွက် မည်မျှ ပြင်ဆင် ထားပြီးပြီလဲ။

(ခ) အိမ်ထောင်တစ်ခုကို နိုင်နင်းစွာ စီမံနိုင်ပြီလား။

(ဂ) အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းနိုင်ပြီလား။

(ဃ) သင့်မိဘများနှင့်ပင် ကွာဟချက်များရှိနေလျှင် အိမ်ထောင် ဖက်နှင့်လည်း ကွာဟမှုရှိနိုင်တယ်ဆိုတော့ ပြင်ဆင်ထား ပြီးပြီလား။

(င) အိမ်ထောင်ရေးနှင့်အတူပါလာမည့်ပြဿနာနှင့် ဒုက္ခများကို ခံနိုင်ရည်ရှိပြီလား။

(စ) ငွေကြေးသုံးစွဲမှု၊ လူပျိုစရိုက်ဘာဝ၊ အပျိုစရိုက်ဘာဝများကို စွန့်ပစ်ပြီးပြီလား။

အိမ်ထောင်ရေးသည် သာယာပျော်ရွှင်မှုများစွာ ပေးနိုင်သလို အခံရခက်ဆုံး ဝေဒနာများကိုလည်း ပေးနိုင်သည်။ အိမ်ထောင်ပြုသင့်ပြီ၊ မပြုသင့်သေး ဆိုသောအချက်သည် မည်မျှ အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီဟူသော အချက်ပေါ်တွင် များစွာမူတည်ပေရာ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ အကြံပြုလိုတာကတော့ အဆင်သင့် မဖြစ်သေးလျှင် အတန်ငယ်စောင့်ပါ။ စောင့်ဆိုင်းခြင်းကြောင့် မနစ်နာနိုင်ပါ။ သို့သော် အပျိုကြီး၊ လူပျိုကြီးဖြစ်သည်အထိတော့ အိမ်ထောင်ရေးကို ကြောက်ပြီး တွေးမနေပါနဲ့လို့သာ မှာချင်တာပါပဲ တူမောင်ရာ။

■

မိတ်ကောင်းဆွေမွန်တို့၏ အရည်အသွေးသည်
သစ္စာ။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ 'လူငယ်များက မေးကြသည်'ဆောင်းပါး သုံးလေးပုဒ် လောက် ကျွန်တော် ဖတ်လိုက်ရပါတယ်။ ကျွန်တော် တို့ လူငယ်ဘဝ ပတ်ဝန်းကျင်မှာဖြစ်နေတဲ့ ပြဿနာရဲ့ အဖြေကို ရှင်းလင်းဖြေကြားပေးနေတာ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ကျွန်တော်မေးချင် တဲ့ မေးခွန်းတစ်ခုကတော့ မိတ်ကောင်းဆွေမွန် သူငယ်ချင်းကောင်း ရအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။ ဘယ်သူက မိတ်ကောင်းဆွေမွန်လဲ။ ဘယ်လိုလူမျိုးကို မပေါင်းရဘူးလဲ။

ခိုင်မြဲအောင်(မုံရွာ)

ဖြေ ။ ။ မိတ်ကောင်းဆွေမွန်ဟာ အလွန်အရေးကြီးလှပါတယ် ကွယ်။ မိတ်ကောင်းဆွေမွန် ရရှိဖို့လည်း လိုအပ်ပါ တယ်။ မိတ်ကောင်းဆိုတာ အခါခပ်သိမ်း ချစ်ခင်တတ်ပြီး ဒုက္ခရောက် နေတဲ့ကာလမှာ ညီအစ်ကိုရင်းချာပမာ ကူညီစောင့်ရှောက်တတ်သူ ဟာ မိတ်ကောင်းပဲ။ မိတ်ဆွေဆိုတာ အောင်ပွဲရရှိနေတဲ့အခါမှာ အတူပျော်ရွှင်ဖို့ ရှိနေတတ်ပေမယ့် ဒုက္ခရောက်တဲ့အခါမှာ အများ အားဖြင့် အနားမှာ မရှိတတ်ကြဘူး။

မိတ်ဆွေစစ်တွေဟာ ကိုယ်လမ်းမှားတဲ့အခါ အချိန်မီ သတိပေးတဲ့ လူမျိုးဟာ မိတ်ကောင်းပဲ။ မုန်းမှာစိုးလို့၊ အမုန်းမခံချင်လို့ ပြဿနာကို တွေ့နေပါလျက်နဲ့ ကြိုတင်သတိမပေးသူများကို တကယ့်မိတ်ကောင်း ရင်းချာလို့ သတ်မှတ်လို့ မရပါဘူး။

မိတ်ဆွေတွေက ကိုယ်အကျိုးကို လိုလားပြီး သတိပေးပြီဆိုရင်လည်း မိမိကိုယ်တိုင် အဲဒီ အမှန်အတိုင်း လာပြောတဲ့သူကို မာနစိတ်နဲ့ ခုခံငြင်းပယ်တာမျိုး မလုပ်အပ်ပါဘူး။ အဲဒီလိုလုပ်ရင် ကိုယ်ကိုယ်တိုင် မိတ်ကောင်းဆွေမွန် မဖြစ်နိုင်တော့ပြန်ဘူးပေါ့ကွယ်။

မုန်းတဲ့လူတစ်ယောက်ရဲ့ တရစပ် နမ်းရှုပ်မှုများအပေါ် ယုံစားသည်ထက် ချစ်သောသူတစ်ယောက်ထံက သက်ရောက်လာတဲ့ ဒဏ်ရာဒဏ်ချက်များကို ပိုပြီး ယုံကြည်ကိုးစားသင့်ပါတယ်။

မိတ်ဆွေဆိုသူတိုင်းဟာ ကိုယ့်အတွက် ကောင်းကျိုးမပေးပါဘူး။ မူးယစ်ဆေးဝါးစွဲတဲ့လူငယ်တွေ၊ မကောင်းမှုတစ်ခုခုကျူးလွန်တဲ့လူတွေဟာ သူတစ်ယောက်တည်း စလုပ်တာ မဟုတ်ဘူး။ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းတွေနဲ့ တွေ့ကြုံကြရတာက စလုပ်မိကြတာပဲ။

လူငယ်တွေဟာ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းတွေကို ရွေးပေါင်းကြရမယ်။ ဘယ်လိုလူကို ရွေးပေါင်းရမလဲဆိုရင် လူတွေအပေါ် တကယ် မေတ္တာထားပြီး သူတစ်ပါးကို တက်ကြွစွာ ကူညီတတ်တဲ့ လူငယ်တွေကို ရွေးပေါင်းရမယ်။

သူငယ်ချင်းကောင်းတွေ ရရှိအောင် မိမိကလည်း ကောင်းရပါမယ်။ မိတ်ကောင်းရဖို့ မိမိမှာ နှိမ့်ချတဲ့နှလုံးသားရှိဖို့ လိုပါတယ်။ ဟိတ်ဟန်တွေ များနေရင်လည်း သူငယ်ချင်းကောင်း မရနိုင်ပါဘူး။

သူတစ်ပါးအပေါ် ဖြူစင်ရိုးသားစွာ စိတ်ဝင်စားရင် လူတွေရဲ့ ချစ်ခင်မှု၊ လေးစားမှုကို ပြန်ပြီး အလွယ်နဲ့ရနိုင်တာ အမှန်ပါပဲ။ ရပ်ကွက်ထဲက လူမှုရေးလုပ်ငန်းတွေ လုပ်ရင်း မိတ်ကောင်းဆွေမွန် ရနိုင်ပါတယ်။ မိတ်ဆွေအချင်းချင်း ဆက်ဆံရာမှာ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး လေးစားမှု၊ အပြန်အလှန်လေးစားမှုကို တည်ဆောက်ပါ။ အပြန်အလှန်လေးစားမှုဟာ မိတ်သဟာယဖြစ်မှုကို နက်ရှိုင်းစေပါတယ်။ အပြန်အလှန်လေးစားမှုကိုတည်ဆောက်ဖို့ သူတစ်ပါး စကားပြောလျှင် စိတ်ဝင်စားစွာ နားထောင်ပါ။ ကိုယ်အမူအရာ၊ နှုတ်အမူအရာ ယဉ်ကျေးပါ။ အဝတ်အစား အနေအထိုင် အပြောအဆို ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ဖို့ပါပဲ။

မိတ်ဆွေရင်းချာ ရရှိဖို့ကိစ္စမှာ သစ္စာတည်ကြည်မှုဟာ အရေးကြီးပါတယ်။ မိတ်ကောင်းဆွေမွန်တို့ရဲ့ အရည်အသွေးဟာ သစ္စာပါပဲ။ မိတ်ဆွေအတုအယောင်တွေဟာ ရှေ့မှာ မျက်နှာချိုသွေးပြီး နောက်ကွယ်မှာ အချင်းချင်း နောက်ကျောကို ဓားနဲ့ထိုးတတ်ကြပါတယ်။ ဒါဟာ သစ္စာမဲ့တာပါပဲ။

မိမိရဲ့ခံစားချက်ကို ခွဲဝေမျှတပေးမှုဟာလည်း ခင်မင်တွယ်တာမှု နက်ရှိုင်းခြင်းသဘောလက္ခဏာတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ကြင်နာ သနားကြရပါမယ်။ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် အစိတ်စိတ် အမြွာမြွာဖြစ်အောင် ထုချေတတ်သူသည် မိတ်ဆွေကောင်းမဟုတ်။ သတိကြပ်ကြပ်ထားရမည့် ရန်သူဖြစ်ပါတယ်။

လူတိုင်းအပေါ်မှာ ရိုးသားလျှင်လည်း မိတ်ကောင်းဆွေမွန်များကို ရတတ်ပါတယ်။

နောက်တစ်ချက်ကတော့ မိတ်ကောင်းဆွေမွန်တွေ ရရှိဖို့အတွက် ကိုယ်ချင်းစာတရားဟာ အရေးကြီးပါတယ်။ ကိုယ်ချင်းစာတရား ဆိုတာ မိမိကိုယ်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး စာနာဖို့လိုသလို အခြားသူရဲ့ဘဝထဲ ကို မိမိက ဝင်ပြီး ကိုယ်ချင်းစာနိုင်မှုလည်း ကိုယ်ချင်းစာတရားဟာ ပြည့်စုံပါတယ်။ မိမိနဲ့ပဲ နှိုင်းယှဉ်ပြီး ကိုယ်ချင်းစာရင် ကိုယ်ချင်းစာ တစ်ခြမ်းပဲဖြစ်သွားပြီး အဲဒီကိုယ်ချင်းစာမှုဟာ မှားနိုင်ပါတယ်။

တစ်ခု သတိထားဖို့ကတော့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း လိုတယ် ဆိုပေမယ့် သူ့ဆီက အစုံအလင် အပြည့်အဝရရှိဖို့ မမျှော်လင့်တာ ပိုကောင်းပါတယ်။ မိတ်ဆွေများထံက စုံလင်မှုရှိဖို့ မမျှော်လင့်တာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

နောက်တစ်ခုက မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းများနဲ့ ဆက်ဆံရာမှာ လူတွေဟာ မှားတတ်တယ်ဆိုတာကို သတိထားရပါမယ်။ တစ်ကြိမ်မှ မမှားဖူးတဲ့လူ မရှိပါဘူး။ အဲ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းတွေထဲက မှားယွင်းတာရှိခဲ့ရင် ခွင့်လွှတ်သင့်တဲ့အမှားကို ခွင့်လွှတ်၊ တည့်မတ်ပေး ရမယ့်ကိစ္စကို တည့်မတ်ပေးဖို့ လိုပါတယ်။ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း ဖွဲ့ရာမှာ အကုန်အကျဆိုတာလည်း ရှိပါတယ်။ အဓိကတော့ ငွေ အကုန်အကျနဲ့ အချိန်အကုန်အကျတို့ပါပဲ။ လူငယ်တွေအနေနဲ့ ငွေကြေးရော အချိန်ပါ အလွန်အကျွံကုန်တာဟာ မသင့်လျော်ပါဘူး။ ငွေကြေး အကုန်အကျရှိရင် မျှတစွာခံဖို့ အသင့်ရှိရပါမယ်။ အချိန်ကို တော့ အားလုံးက အကျိုးရှိအောင်သုံးဖို့၊ အချိန်မဖြုန်းဖို့ လိုအပ်ပါ တယ်။

လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာထိုင်ပြီး အချိန်အဖြုန်းခံပြီးမှရမယ့် သူငယ်ချင်း ဆိုရင်လည်း စောစောတည်းက သူ့ကို လက်လျှော့လိုက်ပါလို့ မှာချင် တာပါပဲ။

သူငယ်ချင်းတွေဟာ ဘဝတိုးတက်ကြောင်းအတွက် အတူဆွေးနွေး လုပ်ဆောင်သူတွေ ဖြစ်ရမယ်။ စာပေမှာရော အနုပညာဂီတ အတူ တကွ လေ့လာသူတွေ ဖြစ်ရမယ်။ စာပေမှာရော အနုပညာဂီတ မှာပါ လမ်းမှားနဲ့ လမ်းမှန် ရှိရာမှာ သူငယ်ချင်းများဟာ လမ်းမှန် ပေါ်မှာ ရှိရပါမယ်။

မိတ်ဆွေဖြစ်ရဖို့အတွက် ကုန်ကျစရိတ်ကို မနမြောပါနဲ့။ ဘဝမှာ အထီးကျန်ဟာလာဟင်းလင်းဖြစ်ရသောဘဝထက်စာလျှင် မိတ်သဟာ အထွက် ကုန်ကျစရိတ်ဟာ ကုန်သင့်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် အပြန်အလှန်ရှိတဲ့ ကိုယ်ချင်းစာတရား သစ္စာတရားနဲ့ စိတ်ကောင်းရှိကြမယ်၊ သူ့အကျိုး ကိုယ့်အကျိုး လိုလားကြမယ်ဆိုရင် သင်တို့ ငါတို့သည် အဆွေခင်ပွန်း မိတ်ကောင်းဆွေမွန် ဖြစ်ကြပေ သတည်းလို့ ဆိုနိုင်ကြောင်း ဖြေကြားလိုက်ရပါတယ်ကွယ်။

■

မိမိကို နောက်ပြောင်ပြီး စကားနာ ပြန်ထိုးဝမ်းနည်း ငိုယိုလျှင် သူတို့ ပို၍ အူမြူးကြမည်။ ဖုတ်လေသည့် ငါးပိ ရှိသည်ဟု မထင်သလို သဘောထားပြီး ဟာသလို သဘောထားလိုက်ပါ။

မေး ။ ။ ကျောင်းမှာ ကျွန်တော်ဟာ ရက်ရက်စက်စက် အကျိုးစား ခံရပါတယ်။ အနောက်အပြောင် ခံရပါတယ်။ သူတို့ တစ်တွေ နှောင့်ယှက်နောက်ပြောင်မှုက ကင်းအောင် ကျွန်တော် ဘာလုပ်ရမလဲ။

ထွန်းလင်းထိုက်(မန္တလေး)

ဖြေ ။ ။ လူငယ်အချို့သည် ရွယ်တူ သို့မဟုတ် မိမိထက်ငယ်ရွယ် သူတို့အပေါ် အနိုင်ကျင့် နောက်ပြောင်ကျီစယ် စော်ကား၍ ဖျော်ဖြေမှု ရှာတတ်ကြသည့် ဥဉ်ဆိုး ရှိတတ်ကြသည်။ 'ကြီး ကောင်ဝင်သည့် ဝေဒနာ'ဆိုသော စာအုပ်မှာ 'ကျွန်တော်ဟာ ကိုးတန်း တုန်းက အပုဆုံး၊ အညှက်ဆုံး။ ဒါပေမယ့် ဉာဏ်အထက်ဆုံးပါ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့်ကို မျက်စိလေးလုံး၊ အဆီတုံးကြီး စသည်ဖြင့် လည်း နာမည်ပေးကြပါတယ်'လို့ ရေးသားထားပါတယ်။

လူငယ်အချင်းချင်း လိပ်ပု၊ ကြက်ဖင်၊ ဝက်ဖင် စသည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ်တာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။ ဦးရဲ့သားတွေ ငယ်ငယ်တုန်းက

သူတို့သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်က အအေးပတ် နှာစေးတဲ့ရောဂါရှိလို့ နှပ်ချေး အမြဲထွက်နေတာကို 'ချက်နို့ဆီစက်ရုံ'လို့ နာမည်ပေး ခေါ်ကြလို့ အဲဒီလို နောက်ပြောင်ပြီး မခေါ်ကြဖို့ ဆုံးမခဲ့ရဖူးပါတယ်။ ကိုယ်အင်္ဂါချွတ်ယွင်းမှုရှိတဲ့ ကလေးတွေ၊ စကားပြော အခက်အခဲရှိတဲ့ ကလေးတွေဟာ သိသိသာသာ ကျီစယ်နောက်ပြောင်ခြင်းခံရသလို စာတော်တဲ့ကလေး၊ ဆရာချစ်တဲ့ကလေးတွေဟာလည်း ဒီလိုပဲ ဆရာကွယ်ရာမှာ အနောက်အပြောင် ခံကြရပါတယ်။

အမှန်စင်စစ်မတော့ ဒီလို နောက်ပြောင်မှုကို လုံးဝမပြုရဘူးဆိုတာ ငယ်ရွယ်သူတို့ တိတိကျကျ လိုက်နာရမယ့် ကိစ္စတစ်ရပ်ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ခါတစ်ရံ အဲသလို လူငယ်ချင်း နောက်ပြောင်ကျီစယ်မှုတွေဟာ တစ်ဖက်သား နာသည်ထက်နာအောင် ဆဲရေးတိုင်းထွာတာမျိုး၊ မိဘများနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ထိုးနှက်ပြောဆိုတာမျိုးအထိ ထိုးနှက်ပြောဆိုတာမျိုးတောင် ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒါမျိုးဟာ လုံးဝ မလုပ်သင့်တဲ့ကိစ္စဖြစ်တာဟာ သေချာပါတယ်။ တစ်ခါကဆို လူငယ်တစ်ယောက်ဟာ အတန်းထဲမှာ အစခံရ၊ အနောက်ခံရလို့ စိတ်အညစ်ကြီး ညစ်ပြီး အော့တော့မလို၊ အန်တော့မလိုအထိ ဖြစ်ခဲ့ရဖူးတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ အချို့လူငယ်တွေ နောက်ပြောင်မှုဟာ သဘောရိုးနဲ့မဟုတ်ဘဲ ညှဉ်းဆဲသည့်အလား ဖြစ်သည်များရှိသည်မှာ အမှန်ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် အချို့ကိစ္စတွေမှာတော့ သူငယ်ချင်း အချင်းချင်း ချစ်လို့ စကြ ပြောင်ကြတာတွေ ရှိပါတယ်။

ဦးတို့ငယ်ငယ်တုန်းက ဦးတို့အတန်းထဲမှာ လှမြင့်ဆိုတဲ့သူငယ်ချင်းက စကားထစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဦးတို့လည်း သူ့ကို 'အထစ်' လို့ပဲခေါ်ကြတယ်။ သူကလည်း ဘာမှမပြောဘူး။ အပြုံးမပျက်ဘူး။ အသက်တွေ ကြီးလာတဲ့အထိလည်း သူ့ကို အထစ်လို့ပဲခေါ်တယ်။ သူက ကောက်ပဲသီးနှံရုံးမှာ အကြီးအကဲဖြစ်နေတာတောင် အထစ်လို့ခေါ်ဖြစ်ကြတယ်။ ဦးတို့ကလည်း သူ့ကို အထစ်လို့ခေါ်မှ ရင်းနှီးတယ်လို့ထင်တာ။ ဒါမှလည်း အားရသလိုပဲ။ အဲဒီမှာ သူ့ကို ညှဉ်းဆဲလိုတဲ့၊ ထိခိုက်စေလိုတဲ့ စေတနာ မပါပါဘူး။

ဒီတော့ နောက်ပြောင်တာဟာ ချစ်လို့ ချစ်စနိုးခေါ်ကြတာလား၊ တမင်နစ်နာစေလို့ ခေါ်တာလား ဆိုတာကိုတော့ ခွဲခြားဖို့လိုပါတယ်။ ချစ်စနိုး နောက်ပြောင်တဲ့တိုင်း သူ့နောက်ပြောင်တဲ့ အသုံးအနှုန်းကို မကြိုက်ရင် တိုးတိုးတိတ်တိတ်နဲ့ "သူငယ်ချင်းရေ၊ ငါ့ကို ဒီလိုသုံးနှုန်းပြီး မခေါ်ပါနဲ့၊ ငါ မနှစ်သက်လို့ပါ" ဆိုပြီး နှစ်ကိုယ်ကြား ဆွေးနွေးရင်းနဲ့လည်း ပြေလည်သွားနိုင်ပါတယ်။ ချစ်စနိုးခေါ်တာပဲ ခေါ်ပါစေလို့ ခွင့်ပြုရင်းနဲ့လည်း ပြေလည်သွားနိုင်တာပါပဲ။ ဦးက ဘယ်ဘက်လက်နဲ့ စာရေးပါတယ်။ ညာနဲ့ မရေးတတ်ဘူး။ ညာ မသန်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သူငယ်ချင်းတွေက 'ဘယ်ကျော် ဟိုဟာနှိုက် ကောက်ရိုးမီးမြှိုက်' လို့ ခေါ်ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် ဦးလည်း ညာနဲ့ ပြောင်းမရေးဘူး။ သူတို့လည်း ဆက်နောက်ကြတာပဲ။ ဒါကတော့ ချစ်စနိုး နောက်ကြတာပါ။

ကိုယ်ကလည်း မခံနိုင်ဘူး၊ သူတို့ကလည်း ညှဉ်းဆဲတဲ့သဘောနဲ့၊ မိမိကို နစ်နာစေလိုတဲ့သဘောနဲ့ ခေါ်မယ်ဆိုရင်တော့ ဒီကိစ္စဟာ

စဉ်းစားရမယ့်ကိစ္စ ဖြစ်လာပါတယ်။ ပုတဲ့လူကို ဋတိုလို့ ခေါ်ပြီး ရယ်ကြတယ်။ ခပ်ပိန်ပိန် အမျိုးသမီးလေးကို အိမ်ထန်းပင်လို့ ခေါ်ကြပြီး ရယ်ကြတယ်။ "လူသည် ရယ်စဉ်အခါ၌ပင် ဝမ်းနည်းသောသဘော ရှိ၏"လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့ဟာ သရော်ပင်သရော်ငြားသော်လည်း သူတို့မှာ အားနည်းချက်တွေ ရှိနေတာ၊ ဝမ်းနည်းနေတာ၊ နိမ့်ပါးမှုတွေရှိလို့ ဒီလိုနောက်ပြောင်တာဟာ အမှန်ပါပဲ။ ကိုးတန်း၊ ဆယ်တန်းကျောင်းသားဘဝ မိမိရည်မှန်းထားတဲ့ ကလေးမလေးတစ်ယောက်ရှေ့မှာ နောက်ပြောင်ခဲ့ရင် အညှိုးရန်စများပြီး အန္တရာယ်များနိုင်တဲ့အတွက် ရန်ပွဲပါ ဖြစ်နိုင်လို့ သူတစ်ပါးကို နစ်နာစေလိုတဲ့စိတ်နဲ့ မစသင့် မစအပ်တာတော့ အမှန်ပါပဲ။

ဒီလို အစခံ အနောက်ခံရတဲ့အချိန်မှာ သတိထားဖို့က အမျက်ထွက်သည့်တိုင်၊ ဒေါသထွက်သည့်တိုင်၊ မခံမရပ်ဖြစ်သည့်တိုင် စိတ်မတိုပါနဲ့။ ဒေါသကို ချုပ်တည်းပါလို့ မှာချင်တာပါပဲ။ အမျက်ဒေါသဟာ လူမိုက်တို့၏စိတ်နှလုံးတွင်သာ မွေ့လျော်တဲ့အရာပါ။ တစ်ဦးဦးက အမှုမဲ့ အမှတ်မဲ့ဖြစ်စေ၊ တမင်တကာဖြစ်စေ၊ အနာပေါ် တုတ်ကျလောက်အောင် ပြောဆိုသည့်တိုင် ဒေါသကို ချုပ်တည်းနိုင်ပါစေ။ ဒီလိုချုပ်တည်းနိုင်မှုဟာ မိမိဘဝ တိုးတက်ရာ တိုးတက်ကြောင်းအထိ လမ်းပွင့်သွားနိုင်ပါတယ်။

သူတို့ကစလျှင်၊ သူတို့က နောက်ပြောင်လျှင် သင်သည် ခံပြင်းမှု ဖြစ်ရသည်ကို မပြပါနှင့်။ မိမိက ခံပြင်းမှု၊ မကျေနပ်မှုရှိလျှင် သူတို့က ပို၍ အူမြူးတတ်ပါတယ်။ ကိုယ်က စကားနာပြန်ထိုးလျှင်၊ ကိုယ်က ငိုယိုဝမ်းနည်းလျှင် သူတို့ကို ပိုပြီး အားပေးရာကျပါတယ်။ ကိုယ်

သူတို့ပြောသည်ကို အမှုမထားဘဲ တည်တည်ကြည်ကြည် နေပြပါ။ ကိုယ်က စကားနာထိုး ခုခံ ငိုယိုလို့လည်း သူတို့က နောက်ပြောင်မှုကို ရပ်စဲဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါ။ ခံပြင်းမှုကို သူတို့မြင်လေ သူတို့ သဘောခွေ့လေ ရှိပါမည်။ အကောင်းဆုံးနည်းက ဖုတ်လေသည့်ငါးပိ ရှိသည်လို့ မထင်အောင် မသိမသာ ဘာသိဘာသာနေလိုက်ပါ။

အဲသလို စတတ် နောက်တတ်တဲ့ အလေ့အကျင့်ရှိတဲ့ လူငယ်တွေဟာ နောင် ဘဝလမ်းခရီးကို လျှောက်တဲ့အခါမှာ သူတို့ဟာ လူရာမဝင် လူတောမတိုး၊ ပေါလေဟားလားနေတတ်တဲ့သူတွေဖြစ်ပြီး ဘဝအောင်ပွဲ မရတတ်တဲ့လူတွေဖြစ်လို့ လူငယ်တိုင်း မစကြမနောက်ပြောင်ကြဖို့ လိုပါတယ်။

ရွယ်တူများ၏ ဆန့်ကျင်နောက်ပြောင်တိုက်ခိုက်မှုကြောင့် သင်သည် ဘယ်တော့မှ စိတ်ဓာတ်မကျပါနှင့်။ သူတို့၏ နောက်ပြောင်မှုကို ဟာသလို သဘောထား၊ အဆိုးတရားကို ကြင်နာမှုဖြင့် တုံ့ပြန်ပါ။ ရန်မီးကို ယပ်မခတ်ပါနှင့်။ သင်က ဟာသလို သဘောထားပြီး ဘာမှ တုံ့ပြန်မှုမရှိလျှင် သူတို့သည် အလိုလို အုမရှင်နိုင်သည့်ဘဝသို့ ရောက်ကြရပါမည်။ ကိုယ့်လမ်းကို ကိုယ် မှန်မှန်သွားပါ။ ထင်းမရှိလျှင် မီးသေသွားမည်သာဖြစ်ကြောင်းကို ပြန်ကြားလိုက်ရပါတယ်။

■

သူ့စိတ်ရင်းကို အတွင်းကျကျသိဖို့ လိုပါသည်။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ ကျွန်မ သူ့အချစ်ကို လက်ခံမိသွားပါပြီ။ ကျွန်မ ဘာ ဆက်လုပ်ရမလဲ။ သူဟာ ကျွန်မရဲ့ ခင်ပွန်းကောင်း တစ်ယောက် ဖြစ်နိုင် မဖြစ်နိုင် ဆိုတာကို ဘယ်အချက်တွေနဲ့ တိုင်းတာ ရမှာလဲ။ ကျွန်မ သူနဲ့ ဘယ်အရာကို နားလည်မှု ယူရမှာပါလဲ။

ခင်မင်းသူ၊ သရေခေတ္တရာ(ပြည်မြို့)

ဖြေ ။ ။ ရည်းစားထားတုန်းက ထားပြီး လေ့ပေါ်ရောက်မှ ဘယ် လော့်ရမှန်းမသိ ဖြစ်နေတာလား မခင်မင်းသူ။ ဒါပေ မယ့် ဒါမျိုးကလည်း ဖြစ်တတ်တာမို့ အခုလို စောစောစီးစီးမေးတာ ကောင်းပါတယ်။ သူ့ကို မိမိချစ်သူအဖြစ် လက်ခံပြီးပြီဆိုရင် အရေးကြီး တာက သူ့ရဲ့အတွင်းစိတ်ကို သိဖို့ပါပဲ။ အိမ်ထောင်ရေးဂျာနယ်တစ်ခု ရဲ့ ၁၉၈၀ ပြည့်နှစ် သုတေသနပြုချက်တစ်ခုအရကတော့ တစ်ယောက် အကြောင်း တစ်ယောက် ပို၍ အတွင်းကျကျ သိကျွမ်းပြီးနောက်မှ လက်ထပ်ကြလျှင် အိမ်ထောင် ပို၍ ခိုင်မြဲကြီးပွားသည်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဒါကြောင့် ရည်းစားထားပြီးပြီဆိုတာနဲ့ စတင်လုပ်ဆောင်ရမယ့် အလုပ်ကတော့ သူ့ရဲ့စိတ်ရင်းကို အတွင်းကျကျ သိဖို့ပါပဲ။ သူ့ရဲ့နှလုံးသား အကြံအစည်ကို ခပ်ယူတတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ကိုယ်က မခပ်ယူတတ်ခင် ကိုယ့်အသည်းနှလုံး ပါမသွားဖို့လည်း လိုပါတယ်။

သူ့ရဲ့စိတ်ရင်းကို သိဖို့ဆိုရာမှာ ဒီအတိုင်းနေလို့တော့ မသိနိုင်ပါဘူး။ သူနဲ့အတူ ဘုရားသွား ကျောင်းတက်၊ ခရီးအတူသွား၊ ရုပ်ရှင်အတူကြည့်၊ ရှေးဟောင်းအနုပညာပြတိုက် ပြခန်းတွေ အတူသွားတာမျိုး၊ စကား အပြန်အလှန်ပြောတာမျိုးတွေ ပြုလုပ်ဖို့တော့ လိုပါတယ်။

ဒါ့ပြင် သူဟာ အားလပ်ချိန်ကို ဘယ်လိုသုံးတယ် ဆိုတာမျိုး၊ ငွေကို ဘယ်လိုသုံးတယ် ဆိုတာမျိုးလည်း သိဖို့ လိုပါတယ်။ စာပေကို ဘယ်လောက်မြတ်နိုးတယ်၊ ဘယ်စာရေးဆရာကိုကြိုက်တယ်၊ သူဟာ ဘယ်ပစ္စည်းမျိုးကို တန်ဖိုးထားတတ်တယ် ဆိုတာမျိုးတွေကို လေ့လာရပါမယ်။

မိန်းကလေးတစ်ယောက်အတွက် အဓိကတော့ မိမိချစ်သူ ခင်ပွန်းလောင်းဟာ စိတ်ရင်းကောင်းဖို့ လိုပါတယ်။ စိတ်ရင်းကောင်းပြီဆိုရင် ဒီအမျိုးသားဟာ အတော့်ကို လေးစားစရာ ကောင်းနေပါပြီ။ ဒါပေမယ့် အိမ်ထောင်ဦးစီးနိုင်ဖို့ အရည်အချင်းရောရှိရဲ့လား ဆိုတာကို လည်းဆက်လေ့လာရပါတယ်။ စိတ်ရင်းတော့ကောင်းပါရဲ့၊ အိမ်ထောင်ကို ဦးမစီးတတ်၊ ငွေမရှာတတ်ရင်လည်း အိမ်ထောင်ရေးမှာ မဖြစ်ပြန်ပါဘူး။

နောက်ပြီး သူ့မျိုးရိုး ကိုယ့်မျိုးရိုး ညှိဖို့လိုပါတယ်။ အဆင့်အတန်းချင်း သိပ်ကွာနေရင်လည်း ကိုယ်ကတော့ မိုးကျရွှေကိုယ် ရပါရဲ့၊

ဒါပေမယ့် သူ့ဘက်က ဖိထား နှိမ်ထားလို့ အိမ်ထောင်သည်ဘဝ မရောက်ရဘဲ လက်နှီးစုတ်ဘဝ ရောက်ရတာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။ ဘဝမှာ လက်နှီးစုတ်တော့ အဖြစ်မခံရဖို့ လိုပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ဘဝတူဖို့လည်း လိုပါတယ်။ လူတန်းစားတူ ဘဝတူချင်းထဲက ချစ်သူကို ရွေးရင် များစွာ ကွာဟမှု မရှိနိုင်ဘူးပေါ့။ လူတစ်ယောက်ရဲ့ အတွေးအခေါ်တွေကို အဲဒီလူရဲ့ ဘဝကသာ ပြဋ္ဌာန်းတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဘဝချင်းတူရင် အတွေးချင်းလည်း တူနိုင်တာပေါ့။ ဒါကြောင့် မိမိစက်ရုံက လုပ်သားအချင်းချင်း၊ တစ်ရွာတည်းသားချင်း မေတ္တာမျှကြရင် သဘောထားချင်းလည်း မကွာကြဘူးပေါ့။ တစ်ရွာသားကို ရည်းစားလုပ်တော့ မှားတတ်တယ်လို့ ဆိုတာပဲ။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်လေ အခုဟာက သမီးက သူ့ရဲ့အချစ်ကို လက်ခံပြီး ပြီဆိုတော့ ဒီနေရာမှာ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး လေ့လာဖို့၊ သူ့အတွင်း သဘောကို လေ့လာဖို့ အချိန်လိုပါတယ်။ အချိန်ကသာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ တန်ဖိုးကို သိနိုင် ဖြတ်နိုင်တာပါ။ ဒီတော့ သူနဲ့ ဆက်ဆံရာမှာ အလောသုံးဆယ်မရှိပါဘဲ မိမိဘက်က ဣန္ဒြေမပျက်ပါစေနဲ့။ သူ့ဆီကို စာရေးဆက်သွယ်ရာမှာလည်း ချိန်ချိန်ဆဆရေးပါ။ သူရေးတဲ့စာပေါ်မှာပဲ လိုက်လျောပြီး ပြန်ပါ။ ချိန်းတွေ့ဖို့ တောင်းဆိုလျှင်လည်း အလျင်စလို လက်မခံပါနဲ့။ အကြောင်းပြပြီး ရွှေ့ဆိုင်းပါ။ ပထမအကြိမ် ချိန်းတွေ့ရာမှာလည်း အဖော်ပါပါစေ။ လူစုလူဝေး အုပ်စုနဲ့ ချိန်းတွေ့တာမျိုးပဲ လက်ခံပါ။ ဒီလိုနဲ့ အတွေ့ခံရင်း သူ့ရဲ့ အကျင့်ဆိုး ဥာဉ်ဆိုးများကို လေ့လာပါ။ မိမိချစ်သူရဲ့ အကျင့်ဆိုး ဥာဉ်ဆိုးများကို အချိန်ပေးပြီးမှ လဲလှယ်ယူလို့ရပါမယ်။ ရုတ်ခြည်း မသိနိုင်ပါဘူး။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မိမိချစ်သူအပေါ် မယုံသင်္ကာရှိတာတော့ မဟုတ်ပေမယ့် မျက်စိကျယ်ကျယ်ဖွင့်ထားဖို့တော့ လိုပါတယ်။ ချစ်သူဘဝ လူတစ်ယောက်ဟာ ကိုယ်နဲ့ နှစ်ယောက်တည်းနေတဲ့အခါ ကိုယ့်အပေါ် အင်မတန်သဘောကောင်းတတ်ပေမဲ့ တခြားလူတွေရှိတဲ့အခါ မမျှော်လင့်လာတာတွေ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ သမီးရည်းစားဘဝမှာ သူ့မိတ်ဆွေကိုယ့်မိတ်ဆွေ၊ သူ့အိမ်သား ကိုယ့်အိမ်သားတွေအကြားမှာ နေရတာမိမိတို့ရဲ့ ချစ်ခရီးလမ်းကို များစွာ အထောက်အကူပြုနိုင်ပါတယ်။

ရည်းစားဘဝမှာ နှစ်ယောက်အတူလုပ်လို့ရတဲ့ကိစ္စလေးများ ရှိရင်အတူလုပ်ဆောင်ပါ။ ဥပမာ လူမှုဝန်ထမ်းကိစ္စများ အတူလုပ်တာတို့၊ သူ့အိမ်မှာ သူငယ်ချင်းတွေ ဖိတ်ပြီး ထမင်း အတူချက်စားတာတို့၊ ကွန်ပျူတာသင်တန်း အတူတက်တာတို့ ပြုလုပ်သင့်ပါတယ်။ အဲဒီလိုလုပ်ရင်းက သူ့ရဲ့ အညံ့ဆုံးလုပ်ဆောင်ချက်ကိုသော်လည်းကောင်းသိရှိလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

ခိုင်မြဲတဲ့အိမ်ထောင်ကို တည်ထောင်ထားခဲ့တဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်အား သူ့အိမ်ထောင်ဖက်ကို ဘယ်လိုရွေးချယ်ခဲ့တယ်ဆိုတာနဲ့ပတ်သက်လို့ မေးရာမှာ အဲဒီအမျိုးသမီးက "ကျွန်မ ရည်းစားဘဝမှာအမြဲပဲ သူနဲ့ ဖြောင့်ဖြောင့်မှန်မှန်နဲ့ ရိုးသားစွာ နေထိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်မ သဘောမတူတဲ့ဟာကိုလည်း ဘယ်တော့မှ ဟန်လုပ်ပြီး သူ့ကိုသဘောတူပါတယ်လို့ မပြောခဲ့ဘူး။ ကျွန်မ သူ့အပေါ်မှာ အမြဲတမ်းရိုးသားပွင့်လင်းဖို့ ကြိုးစားပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ကျွန်မ သူ့ကို မေးခွန်းတွေ အများကြီးမေးခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်မ ကိုယ်ဝန်ရခဲ့ပြီ။ ဒါပေမယ့်မောင်က ကလေး မလိုချင်ဘူးဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ ကျွန်မတို့

အပေါ် သူများက ကြွေးတင်လာပြီဆိုရင်ရော ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ ကျွန်မ ငွေမရှာနိုင်တော့ဘူး။ ကျွန်မ အိမ်မှာပဲနေပြီး ကျွန်မကလေးကို ကျွန်မ နိုင်နိုင်နင်းနင်း ထိန်းမယ်ဆိုရင် မောင်ဘယ်လိုဆုံးဖြတ်မလဲ ဆိုတဲ့ မေးခွန်းတွေကိုပါ မေးခဲ့တယ်"လို့ ဆိုပါတယ်ကွယ်။

သမီးလည်း ဘယ်လို ဆက်စခန်းသွားရမယ်ဆိုတာ အတော်အတန် သဘောပေါက်ပြီလို့ ယူဆရပါတယ်။

■

မိမိချစ်သူအမျိုးသားဟာ မိမိအပေါ် ကိုယ်ကျိုး
စွန့် မေတ္တာမျှပြီး မိသားစု ဝဝလင်လင် ရှာဖွေ
ကျွေးနိုင်သူ ဖြစ်နိုင် မဖြစ်နိုင် ဆန်းစစ်ပါ။
မိမိချစ်သူ အမျိုးသမီးဟာ မိမိစကားကို နာခံမှု
ရှိ မရှိ၊ လုပ်ရည်ကိုင်ရည် ရှိ မရှိ လေ့လာပါ။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

မေး ။ ။ ဆရာရှင့်၊ ကျွန်မချစ်သူကို ကျွန်မ လမ်းခွဲလိုက်ရမလား လို့ စိတ်ကူးနေပါတယ်။ ကျွန်မ စိတ်နှစ်ခွဖြစ်နေရပါသည်။ ကျွန်မရဲ့ အချစ်ခရီးအတွက် ဆုံးဖြတ်ရမည့် လမ်းဆုံလမ်းခွကို ရောက်နေပါသည်။ သူ့မှာ အပေါင်းလက္ခဏာတွေရော အနုတ်လက္ခဏာတွေပါ အများကြီးပဲ။ ကျွန်မ ဘယ်လိုဆုံးဖြတ်ရပါမလဲ။

ဝင်းဝင်းမေ

(မဟာမြိုင်၊ မန္တလေး)

ဖြေ ။ ။ ဒီကိစ္စက ဖြစ်တတ်တဲ့သဘော ရှိပါတယ်။ ချစ်သူ ရည်းစားဘဝ ချိန်းတွေ့ကြတဲ့အခါ ဆက်သွယ်ကြတဲ့အခါ လျစ်လျူရှုလို့မရတဲ့ အပြစ်အနာအဆာတွေကြောင့်ဖြစ်စေ၊ နှစ်ကိုယ်တူ ဆက်ဆံရာမှာ အထင်လွဲ အမြင်လွဲ မပြေပြစ်မှုတွေကြောင့် ဖြစ်စေ၊ ကြားစကားတွေကြောင့်ဖြစ်စေ ချစ်သူနှစ်ဦးတို့အကြားမှာ အခုလို သို့လော သို့လော ဖြစ်တတ်ကြစမြဲပါပဲ။

ချစ်သူ သမီးရည်းစားဘဝမှာ၊ အရာရာတိုင်းမှာ သဘောချင်းက မတိုက်ဆိုင်၊ ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းရတော့လည်း စိတ်ကောက်ရတာနဲ့

ရန်ဖြစ်ရတာနဲ့ပြီးရ။ ဆက်ဆံရေးကလည်း ကွဲချည်တစ်ခါ ကောင်းချည်တစ်လှည့် ဖြစ်နေရင်တော့ သမီး အခု စဉ်းစားသလို လမ်းခွဲလိုက်ရင်များကောင်းမလား ဆိုတဲ့အချက်ကို မလွဲမသွေ စဉ်းစားရမှာပါပဲ။ ဒီလိုဖြစ်နေတာဟာ ချစ်သူနှစ်ဦးအကြား မပြေငြိမ်းနိုင်တဲ့၊ အဆင်မပြေနိုင်တဲ့ ပဋိပက္ခ ရှိနေတယ်ဆိုတာ ဖော်ထုတ်ပြနေတာနဲ့ အတူတူပါပဲ။

စိုးရိမ်ရတာက မိမိရဲ့ခင်ပွန်းလောင်းဖြစ်ရမယ့် ချစ်သူဟာ ထစ်ခနဲဆို ဒေါသထွက် စိတ်ကောက်၊ အတ္တစိတ်ကများ၊ မရင့်ကျက်မှု၊ မိမိကို ညှာတာရကောင်းမှန်း မသိမှုတွေအပြင် ဗလောင်းဗလဲဆန်မယ်၊ ခေါင်းမာတယ် ဆိုရင်တော့ ဒီလိုယောကျ်ားမျိုးနဲ့ ရာသက်ပန်ပေါင်းရဖို့ ကိစ္စအတွက် အလေးအနက် စဉ်းစားရမှာ အမှန်ပါပဲကွယ်။ ဦးအနေနဲ့ ချစ်သူဘဝမှာလည်း ပိုးပန်းမှုကို ဦးစားပေးရမယ့်အကြောင်း၊ အိမ်ထောင်သည်ဘဝ ရောက်တဲ့တိုင် ပိုးပန်းကြရမယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းတွေကို အလေးအနက်ထား ဖြေခဲ့ပြီးပါပြီ။

ပိုးပန်းခြင်းဆိုတာ ထပ်ရှင်းပြရရင် ချစ်သူ သမီးရည်းစားဘဝမှာ ပိုးပန်းမှုဟာ အိမ်ထောင်ပြုနိုင် မပြုနိုင် ဆိုတဲ့ကိစ္စကို စူးစမ်းခြင်းဖြစ်တယ်။ အိမ်ထောင်သည်ဘဝ ပိုးပန်းခြင်းဟာ အဲဒီအိမ်ထောင် ခိုင်မြဲသည်ထက် ခိုင်မြဲအောင် ပိုးပန်းတည်ဆောက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ချစ်သူရည်းစားဘဝ ပိုးပန်းဆက်ဆံမှု အဆင်မပြေတဲ့အခါ ဆက်စခန်းသွားဖို့ ဘာမှ တာဝန်မရှိဘူး ဆိုတာတော့ သမီးဝင်းဝင်းမေ နားလည်စေလိုပါတယ်။ တစ်ခါတလေတော့လည်း မိမိရဲ့ချစ်သူ စိတ်ထိခိုက်မှာစိုးလို့၊ သူနဲ့ပြဿနာတွေကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရမှာစိုးလို့၊ နောက်တစ်

ယောက် ရှာမတွေ့မှာစိုးလို့၊ ရည်းစားများတယ်လို့ အပြောခံရမှာစိုးလို့၊ မျက်နှာမများချင်လို့ ရည်းစားဘဝကို အချိန်ဆွဲထားမိတာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ငါ နောက်တစ်ယောက် ရှာလို့ရချင်မှရမှာဆိုတဲ့ အတွေးမျိုးနဲ့ အချိန်ဆွဲထားရင်တော့ ဒါဟာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ရာ ရောက်ပါတယ်။ ဒီလိုဆိုရင်လည်း သူဆိုးသမျှ သူပြုသမျှတွေကို တစ်သက်လုံး သည်းခံဖို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး သေတစ်ပန် သက်တစ်ဆုံး ပေါင်းသင်းဖို့ပဲ ဆုံးဖြတ်သင့်တာပေါ့။ ဒီကိစ္စက အချိန်ဆွဲရမယ့်ကိစ္စ မဟုတ်သလို မျက်နှာလွှဲရမယ့်ကိစ္စလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ သူ့အပေါ် အထူးအာရုံစိုက် လေ့လာပြီး မဟန်ဘူးလို့ သေသေချာချာ အချက် အလက် စုံလင်ရင် ဖြတ်လိုက်ပါ။ ကြားစကားမျှနှင့်တော့ မပြုပါနဲ့။

ဒီလိုဆုံးဖြတ်ရာမှာ–

(က) မိမိချစ်သူ အမျိုးသားဟာ မိမိအပေါ် ကိုယ်ကျိုးစွန့် မေတ္တာမျှပြီး မိသားစုကို ဝဝလင်လင် ရှာဖွေကျွေးမွေးနိုင် သူ ဖြစ်သလော ဆိုသည့်အချက်ကို အဓိက ဆန်းစစ်ပါ။

(ခ) ဒီလိုပဲ မိမိချစ်သူ အမျိုးသမီးဟာ မိမိစကားကို နာခံမှု၊ လုပ်ရည်ကိုင်ရည်ရှိတဲ့ ဇနီးအရည်အသွေးရှိမှု မရှိမှုအပေါ် အဓိကထား အမှတ်ပေးဖို့တာပါပဲ။

ဒီကိစ္စကို စဉ်းစားရာမှာ မိမိအနေနှင့်က အချိန်များစွာ ရင်းနှီး မြှုပ်နှံခဲ့ပြီး သူ့အပေါ်မှာ သံယောဇဉ်ကလည်း ဖြစ်နေပြီ၊ သူ့ရဲ့ အပြစ်အနာ ဆိုတာကလည်း ဥပေက္ခာပြုနိုင်တာ ဆိုရင်တော့ အလျင် စလို လမ်းမခွဲဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အလျင်စလို လမ်းခွဲမယ့်အစား ဥပေက္ခာပြုနိုင်တာပြု၊ ရင်ဖွင့်ဆွေးနွေးသင့်တာ ဆွေးနွေး လုပ်ကြ ရပါမယ်။

ပန်းမျိုးတစ်ရာ စာပေ

ဒါပေမယ့် အပြစ်အနာအဆာက အသေးအဖွဲလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ဘဝရည်မှန်းချက် အမြင်ချင်းကလည်း အောက်ခြေသိမ်း မတူကြဘူး ဆိုရင်တော့ လမ်းခွဲဖို့ကို စဉ်းစားရမှာပါပဲ။ မိမိတို့နှစ်ဦးသားဟာ မေတ္တာမျှတခဲ့ကြပြီးမှ အထင်လွဲတာမျိုး၊ သူ့အကျင့်ဆိုးလေးများကို မပျောက်တာမျိုးလေးမျှလောက်နဲ့တော့ မခွဲမကွာပါနဲ့။ မေတ္တာထားရှိ၍ နှစ်ဦးနှစ်ဖက် သည်းခံခြင်းသည် အိမ်ထောင်ရေးအတွက် အသက်သွေးကြောလို့ အဆိုရှိလေတော့ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်သည်းခံမှုကို မွေးဖွားပေးနိုင်သလော။ မိမိတို့ တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး မေတ္တာနှောင်ကြိုး အဘယ်မျှ ရစ်သွယ်နေကြသည်လဲ။ "ဘယ်မျှ မေတ္တာနှောင်ကြိုး ရစ်သွယ်ပြီလဲ ဆိုတာတွေက အရေးကြီးပါတယ် သမီးရယ်"

သမီးရည်းစားဘဝဟာ နောက်ကို အလွယ်တကူ ဆုတ်လို့ရတဲ့ဘဝ။ အိမ်ထောင်ကျပြီးမှ ဆိုရင်တော့ တစ်ပင်လဲမှ တစ်ပင်ထူဖို့ဆိုတာ မလွယ်ကူလှပါဘူး။ အို အိမ်ထောင်ပြုပြီးလျှင်၊ အခြေအနေ တိုးတက်လာလျှင် လာမှာပါပဆိုပြီး ဇွတ်မျက်စိမှိတ်လိုက်လျှင်လည်း တကယ်တိုးတက်လာချင်မှ လာမှာပါ။ အချစ်ရေးမှာ တကယ်တော့ အတွေးအခေါ် သဘောထားတွေ တူညီဖို့ အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။ ဒါကြောင့် စန္ဒရားဦးချစ်ဆွေရဲ့ သီချင်းထဲက အတွေးတွေလည်း အတူတူပဲ ဆိုတဲ့ စာသားလေးဟာ အိမ်ထောင်ရေးအတွက် အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ အတွေးတူပြီဆိုလို့ရှိလျှင် မောင်တစ်ထမ်း မယ်တစ်ရွက် လုပ်နိုင်ပါတယ်။ အတွေးမတူကြရင်တော့ အိမ်ထောင်ရေးဟာ သိပ်မလွယ်ကူလှပါဘူး။

သမီးရည်းစားဘဝဆိုတာ မိမိရဲ့ အပြစ်အနာအဆာတွေ ဖုံးနိုင်သမျှ

ဖုံးပြီး မျက်နှာကို ပျားရည်ဆမ်းပြီး ဆက်ဆံကြတာက များပါတယ်။ အဲဒီလိုအချိန်မျိုးမှာ သူ့ရဲ့ဟန်ပန်အမူအရာ အပြစ်အနာအဆာတွေက ဖုံးမရ ဖိမရဆိုရင် လမ်းခွဲတန်ရင် ခွဲကြရမှာပဲ။ ဒါပေမယ့် လမ်းခွဲပြီးရင်တော့ မတမ်းတတာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ လမ်းခွဲပြီးကာမှ အတိတ်ကို တမ်းတနေမယ်ဆိုရင် သမီးရဲ့ပစ္စုပ္ပန်ဟာ ဒဏ်ရာတွေနဲ့ ဖြစ်နေလိမ့်မယ်လို့ပဲ အဖြေပေးချင်တာပါပဲကွယ်။

■

မိမိရဲ့တန်ဖိုးဟာ မိမိရဲ့အရည်အသွေးပဲ၊ အရည်အသွေးရှိအောင် ကြိုးစားပါ။ အခြားသူများကို ကူညီလိုတဲ့စိတ် မွေးပါ။ သင် လှူဝင်ဆုံလာမှာပါ။

မေး ။ ။ ကျွန်တော့်ကို သူငယ်ချင်းများက အရေးထားပြီးမပေါင်း
သင်းကြဘူး။ ကျွန်တော်နဲ့ ပေါင်းရမှာကို သူတို့က
ဟက်ဟက်ပက်ပက်မရှိကြဘူးလို့ ကျွန်တော် ထင်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်
ကို သူတို့ အထင်သေးမှုလည်းရှိလားမသိဘူး။ ကျွန်တော့်ကို သူငယ်
ချင်းတွေ ကြိုက်လာအောင် ဘာလုပ်ရမလဲ။

မောင်ခင်မောင်မြင့်(နွားထိုးကြီး)

ဖြေ ။ ။ လူငယ်များအသိုင်းအဝိုင်းကြားမှာ ဒီကိစ္စမျိုးက ရှိတတ်
ပါတယ်။ ဦးတို့ငယ်ငယ်တုန်းကလည်း ဒါမျိုး ကိုယ်တိုင်
ခံစားရဖူးပါတယ်။ ဒါကတော့–

၁။ အမှန်တကယ် မိမိအစွမ်းအစ အကန့်အသတ်ဖြစ်နေလို့၊
အားနည်းနေလို့လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။

၂။ လူငယ်များ ကိုယ်နဲ့စိတ် ကြီးပြင်းဖွံ့ဖြိုးဆဲကာလမှာ ကိုးရိုး
ကားရားနိုင်ပြီး လက်ထဲကပစ္စည်း လွတ်ကျ ခလုတ်တိုက်
တာတွေ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ဖြစ်နေလို့ အရှက်ရနေတာမျိုးလည်း
ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ဒါဟာ စိတ်ပျက်စရာ မဟုတ်ပါဘူး။ အတွေ့အကြုံလေး ရလာရင် အဲဒီ စိတ်ပျက်အားငယ်မှုတွေကြားမှ ပြန်ခုန်တက်နိုင်မှာပါ။ နောက်တစ်ခုက မိမိက စိတ်ညှိုးငယ်နေရင်လည်း ဒါမျိုး ခံစားရတတ်ပါတယ်။

တစ်ခါတလေ ကျောင်းစာညံ့နေရာကလည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ မိမိက ကျောင်းစာညံ့နေတော့ မိဘတွေက ဘာကြောင့် အမှတ်နည်းတာလဲဆိုတာမျိုး မေးတတ်ကြပါတယ်။ နောက်ပြီး မင်း တော်တော်အသုံးမကျတဲ့ကောင်လို့ ဖခင်ပြောတာကို မိမိက တကယ်ပဲ ငါ အသုံးမကျတဲ့ကောင် ဖြစ်နေသလိုလို ခံစားနေရင်းက တကယ်ပဲ အသုံးမကျဖြစ်နေတာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် မိဘဆိုတာ ဒီလိုပဲ ကိုယ့်သားသမီးကို ဖြစ်စေချင်လို့ဆုံးမတာ၊ မိဘရဲ့ဆုံးမမှုကို စိတ်ဓာတ်ကျမည့်အစား သူတို့ရဲ့ ဆိုဆုံးမမှုကို သင့်တင့်မျှတစွာ လက်ခံ၍ သင့်ကိုယ်သင်လည်း ပြုပြင်ပါလို့ ပထမဆုံး အကြံပေးချင်တာပါပဲ။

နောက်ပြီး သင့်အသိုင်းအဝိုင်းမှာ ကျဆင်းနေတဲ့ သိက္ခာကို မြှင့်တင်ဖို့ ကြိုးစားရပါမယ်။ ဘယ်လိုကြိုးစားရမလဲဆိုတော့ မိမိရဲ့ အရည်အချင်း အားနည်းချက်များကို ရိုးရိုးသားသား ဆန်းစစ်ပါ။ ဒေါသထွက်မြန်တာတို့၊ အမြန်လုပ်တတ်တာတို့၊ စာနာ နားမလည်တာတို့၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တာတို့ စတဲ့ ကိစ္စလေးတွေကို ဝီရိယစိုက်ပြီး ပြင်လိုက်ပါ။ သင့်ဂုဏ်သိက္ခာ ချက်ချင်းဆိုသလို ပြန်တက်လာနိုင်ပါတယ်။

နောက် သင့်ရဲ့တန်ဖိုးဟာ သင့်ရဲ့အရည်အသွေးပဲ။ ဒီတော့ ကျောင်းစာ နောက်မကျကျန်ရစ်အောင် အထူးဂရုစိုက်ပြီး အပေါင်းအသင်းကို ကူညီလိုတဲ့စိတ် မွေးပါ။ စိတ်ရှည်မှု၊ ကြင်နာသနားမှုနှင့် လုံ့လဝီရိယကို တည်ဆောက်ပါ။

အရေးကြီးတဲ့အချက်တစ်ခုကတော့ **အလှမ်းမီနိုင်တဲ့ ပန်းတိုင်များ ထားရှိဖို့ပါပဲ**။ ကောင်းကင်က ကြယ်ကိုချည်း ချိန်နေလျှင်၊ မရလျှင် အကြီးအကျယ် စိတ်ဓာတ်ကျနိုင်ပါတယ်။ မီနိုင်တဲ့ပန်းတိုင်ကို ထားပါ။ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့်တက်ဖို့ပါပဲ။ တူရိယာ တစ်မျိုးမျိုးတတ်အောင်၊ ကွန်ပျူတာရိုက်တတ်အောင်၊ ဘာသာခြားစာတစ်ခုခုတတ်အောင်၊ အထွေထွေဗဟုသုတရအောင် စာဖတ်ခြင်း၊ သတင်းစာဖတ်ခြင်းတို့ ပြုပါက မောင်ခင်မောင်မြင့်ရဲ့ အရည်အသွေးက ခြောက်လအတွင်း တက်လာနိုင်ပါတယ်။

နောက်မှာချင်တာက–

သူတစ်ထူးအတွက် အကျိုးဆောင်ခြင်းကို ဂရုတစိုက် အလေးထားဆောင်ရွက်ဖို့ပါပဲ။ ဒီကိစ္စဟာ လူ့ဘဝတန်ဖိုးကို တည်ဆောက်ရာကျလို့ ဘဝတစ်ခုလုံးအတွက် အဖိုးတန်ပါတယ်။ ဆက်မှာချင်တာတွေကတော့ **မိတ်ဆွေကို သတိနဲ့ရွေးပြီး ပေါင်းသင်းဖို့ပါပဲ**။ စိတ်နေမမြင့်သူများကို အဝေးကပေါင်းပါ။ စိတ်ရင်းကောင်းသူများနဲ့ အနီးကပ်ပေါင်းပါ။ သင့်အကျိုးကို လိုလားသော မိတ်ဆွေများကို ရွေးချယ်တတ်ဖို့ လိုပါတယ်။

ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရာမှာ မိဘနှစ်ပါးကို အရင်းနှီးဆုံး မိတ်ဆွေများအဖြစ် ထားရှိဆက်ဆံပါ။ မိဘနှစ်ပါးကို မိမိအတွင်းရေး၊ မိမိရဲ့

ချွတ်ယွင်းမှု၊ ကောင်းမှု ဆိုးမှု မှန်သမျှကို ပြောပြပါ။ ဒီကိစ္စဟာ ဘယ်တော့မှ မှားနိုင်တဲ့ကိစ္စ မဟုတ်သလို အထင်သေး အမြင်သေးခံရမယ့်ကိစ္စလည်း မဟုတ်ပါဘူး။

အရေးကြီးတာလေးတစ်ခု ထပ်မှာချင်တာကတော့ စာရေးဆရာတစ်ဦးက ပင်ကိုစရိုက်အားနည်း၍ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်သေးကာ ညှိုးငယ်စိတ်ရှိတတ်သော လူငယ်များသည် တစ်ခါတစ်ရံ မျက်နှာအတုအယောင်တပ်ပြီး ပတ်ဝန်းကျင်ကို ရင်ဆိုင်တတ်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါမျိုး လုံးဝမလုပ်ဖို့ပါ။ ဆိုလိုတာကတော့ မိမိက အပေါင်းအသင်း မဝင်ဆံ့တော့ တန်ဖိုးကြီးကြီးဖိနပ် ဝယ်စီးပြတာတို့၊ ပန့်ကောညှပ်တာတို့၊ အလွန်ကျယ်လောင်ဆူညံတဲ့ တီးဝိုင်းအဖွဲ့ထဲဝင်တာတို့၊ အကျီအဝတ်အစား ဖရိုဖရဲဝတ်တတ်တာမျိုးတွေ ဆိုတာပါ။ လူတွေဂရုစိုက်လာအောင်တော့ လုပ်တာပဲ။ ဒါပေမယ့် ဒီလို မျက်နှာအတုလုပ်ဆောင်မှုများရဲ့ နောက်ကွယ်မှာ ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိတာက အဲဒီလိုမျက်နှာအတုတပ်တဲ့ လူငယ်တွေဟာ တကယ်တမ်းကျတော့ အတွင်းစိတ်မှာ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်သေးခံစားရမှုနဲ့ နပန်းသတ်နေကြရတဲ့သူတွေဖြစ်လို့ အင်မတန်မှ သနားစရာကောင်းလှပါတယ်။

နောက်တစ်ခုကတော့ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးလွန်းခြင်း မရှိဖို့ပါပဲ။ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးလွန်းရာက လူအတော်များများ အကြွားပိုမှု ဖြစ်လာရတတ်ပါတယ်။ မိမိအစွမ်းအစကို ပုံကြီးချဲ့တာမျိုး၊ ဝင့်ဝါမော်ကြွားတာမျိုး ဖြစ်ရာက မိမိကိုယ်မိမိ မြှောက်ပင့်ရင်းကသူတစ်ပါးကို နှိမ်ခြင်းအဖြစ်မျိုး ရောက်တတ်ပါတယ်။ ဒါဟာ အပေါင်းအသင်းနဲ့ကင်းကွာမှုဖြစ်ရဖို့ လမ်းစတစ်ချက်ပါပဲ။ ခရစ်ယာန်

ကျမ်းစာမှာ ဘယ်လိုဆုံးမထားသလဲဆိုရင် "သင်တို့သည် ကိုယ့်ကို ထင်သင့်သည့်အတိုင်းထက်လွန်၍ မထင်ပါနှင့်"လို့ ဆိုထားပါတယ်။ အူ့မှာ လူ့ဂုဏ်သိက္ခာ ဇာတိ မာနတရားတို့ ရှိသင့် ရှိထိုက်သည်မှာ မှန်သော်လည်း ထိုအရာအားလုံးသည် မလွန်ကဲသင့်ပါ။

မောင်ခင်မောင်မြင့်ရေ၊ ဦး အထူးမှာချင်တာက လူ့အသက် (၆၀)ကျော် အတွေ့အကြုံအရ လူဆိုတာ တစ်ချိန်လုံး အမြဲတမ်း ထူးချွန်အောင်မြင်နေသူ မဟုတ်သလို အဆက်မပြတ် ရှုံးနိမ့်နေသူလည်း မဟုတ်ကြောင်း နားလည်ထားဖို့ပါပဲ။

ဒါကြောင့် မိမိကိုယ်မိမိ လျှောက်ပတ်စွာနေထိုင်ပါ။ ထောင်လွှားမှု မပြုလုပ်သလို မိမိကိုယ်မိမိလည်း အလွန်အမင်း မနှိမ့်ချပါနဲ့။ လူတိုင်း၌ အရည်အသွေးရှိသလို မောင်ခင်မောင်မြင့်မှာလည်း ပင်ကိုအရည်အသွေးရှိတဲ့သူတစ်ဦးဖြစ်လို့ ဒီပြန်ကြားစာကို အနည်းဆုံး သုံးခေါက်လောက်ဖတ်ပြီး မိမိကိုယ်မိမိ ပြုပြင်ကြည့်ပါလို့ ပြန်ကြားရင်း မှာကြားလိုက်ရပါတယ်ကွယ်။ ။

ချစ်စံဝင်း

ပန်းမျိုးတစ်ရာစာပေ တွင် ဝယ်ယူဖတ်ရှုနိုင်သည့်

စာရေးဆရာ ချစ်စံဝင်း

၏

စာအုပ်များ

၁။	ထားရှိရမည့်သဘောထား	၂၀၀ ကျပ်
၂။	ပွားများရမည့်မေတ္တာတရား	၂၀၀ ကျပ်
၃။	မွေးမြူရမည့်သတ္တိ	၂၀၀ ကျပ်
၄။	ရည်မှန်းရမည့်ပန်းတိုင်	၂၀၀ ကျပ်
၅။	သွားရောက်ရမည့်နည်းလမ်း	၂၀၀ ကျပ်
၆။	စီစစ်ရမည့်ရွေးချယ်မှု	၂၀၀ ကျပ်
၇။	မလျှော့ရမည့်ဇွဲ	၂၀၀ ကျပ်
၈။	ငွေကို မိတ်ဆွေလိုဆက်ဆံပါ	၂၀၀ ကျပ်
၉။	ငွေပုံကြီးပေါ် ခွထိုင်ပါ	၂၀၀ ကျပ်
၁၀။	အခွင့်အလမ်းကို တွေ့အောင်ရှာ	၂၀၀ ကျပ်
၁၁။	သင့်ဝင်ငွေ မှ ၁၀% ကိုစုပါ	၂၀၀ ကျပ်
၁၂။	အချိန်ကို မိတ်ဆွေဖွဲ့ပါ	၂၀၀ ကျပ်
၁၃။	ရွှေပင် ငွေပင်စိုက်ပျိုးပါ	၂၀၀ ကျပ်
၁၄။	ကြီးပွားချမ်းသာလို စိတ်မွေးပါ	၂၀၀ ကျပ်

၁၅။	ဘယ်တော့မှ၂ ဖွဲ့မလျှော့ပါနဲ့	၂၀၀ ကျပ်
၁၆။	မဆုတ်တမ်း မနစ်တမ်း မလျှော့တမ်း	၂၀၀ ကျပ်
၁၇။	ရှက်ပြုံး	၄၀၀ ကျပ်
၁၈။	အမေ့ခြေရာ	၂၀၀ ကျပ်
၁၉။	စိတ်ကောင်းရှိဖို့သည်ပထမ	၄၀၀ ကျပ်
၂၀။	မိုးထိအောင် လှေကားထောင်	၅၀၀ ကျပ်
၂၁။	အထွတ်အထိပ်မှာ တို့နေမည်	၅၀၀ ကျပ်
၂၂။	အမေနှင့်အမေ့အကြောင်း	၆၀၀ ကျပ်
၂၃။	ဆန်ဖွပ်သည့်အဘိုးအို	၆၀၀ ကျပ်
၂၄။	ခုတင်နံပါတ်-၅	၄၀၀ ကျပ်
၂၅။	ဤခရီးနီးသလား	၆၀၀ ကျပ်
၂၆။	နှလုံးသားစေတနာ	၃၀၀ ကျပ်
၂၇။	အမေ့နှလုံးသား	၄၀၀ ကျပ်
၂၈။	နှလုံးသားသတ္တိ	၃၀၀ ကျပ်
၂၉။	တော်ဝင်စံထား မိန်းမသား	၃၀၀ ကျပ်
၃၀။	ယသောဓယော့အလွမ်း	၄၀၀ ကျပ်
၃၁။	ဂျပန်လူငယ်တစ်ယောက်အကြောင်း	၃၀၀ ကျပ်
၃၂။	ဒေါင်းဖတ်စာပုံပြင်များ	၄၀၀ ကျပ်
၃၃။	စာထဲမှခရီး ၊ ခရီးထဲမှစာ	၅၀၀ ကျပ်
၃၄။	ဖိစီးမှုနှင့်အတူနေခြင်း	၆၀၀ ကျပ်
၃၅။	လူငယ်များက မေးကြသည်-	၃၀၀ ကျပ်

ဆရာချစ်စံဝင်း၏

ဆက်လက်ထွက်ရှိလာမည့်စာအုပ်များ

- ☐ အဖေ့နှလုံးသားရိုက်ခတ်သံ
- ☐ ဆရာဟူသည်ဥယျာဉ်မှူး
- ☐ မမေ့မလျော့ မပေါ့မဆ
  အပ္ပမာဒေနသမ္ပာဒေထ